ISSN 1680-4325

International Institute of Socionics



Международный институт соционики

Соционика, ментология и психология личности

1

2011

Международный научный журнал. Основан в 1994 г. Выходит 6 раз в год.

Подписные индексы по каталогам:
74557 – «ПРЕСА» (Украина),
15084 – «Пресса России»

* : а/я 23, г.Киев-206, 02206, Украина

(: (+38044) 558-09-35

Интернет**: http://socionics.socionic.info**

e-mail**: socionics@socionic.info** или **olly.olga@gmail.com**

Зарегистрирован министерством Украины по делам прессы и информации
17.03.95. № 1314, серия КВ

Вниманию руководителей предприятий!

Международный институт соционики предлагает Вам:

- полное целенаправленное формирование новых коллективов предприятий, фирм, банков и других структур по подразделениям с учетом вида деятельности и решаемых задач. При этом достигается **полная психологическая, информационная и деловая совместимость** членов коллектива и подбор необходимых руководителей, что обеспечивает гораздо более высокую, по сравнению с обычными коллективами, эффективность работы.
- проведение кадрового аудита организаций, повышение эффективности деятельности уже сложившихся коллективов, устранение конфликтных ситуаций, консультации по оптимальным перестановкам кадров в условиях реорганизации.
- определение **скрытой мотивации и лояльности персонала**, что позволяет: выявлять нелояльных сотрудников; диагностировать реальное (скрываемое) отношение сотрудников к фирме, ее руководству, коллективу, содержанию и условиям труда, материальному вознаграждению; оценивать структуру трудовой мотивации для индивидуального подбора адекватных способов стимулирования персонала.
- подбор кандидатов на вакантные должности, особенно ключевые, с обеспечением **полной психологической, информационной и деловой совместимости** как с непосредственным руководством, так и с коллективом.
- формирование рабочего коллектива **под конкретного руководителя** с обеспечением полной психологической, информационной и деловой совместимости.
- услуги по определению типа личности (Вашего и Вашего окружения с подробными описаниями типов и рекомендациями), прогнозированию поведения людей, установлению нужных Вам отношений с другими людьми.
- в дополнение к указанным работам проводится обучение основам соционики и новым методам работы с людьми.
- по желанию заказчика обеспечивается полная **конфиденциальность** и, при необходимости, **анонимность** работ.

За 23 года работы наши методики внедрены
в коллективах более 115 крупных предприятий, банков и фирм
России, Украины и других стран

Международным институтом соционики разработаны компьютерные программы, позволяющие, на основе данных, полученных при собеседовании, моделировать ситуацию в коллективе и прогнозировать результаты перестановок, реорганизаций, заполнения вакансий. Эти же программы позволяют определить так называемый интегральный тип коллектива как единого целого, его «характер», особенности его взаимодействия с руководством, коэффициент эффективности взаимодействия для всего коллектива, для любого его подразделения и для каждого члена коллектива.

При необходимости, мы оказываем консультации на постоянной основе, отслеживая в течение ряда лет, на основе уже имеющихся данных, динамику изменений в коллективе.

тел: **(+38044) 558-09-35**
e-mail: **123@socionic.info**
http://socionic.info

Вниманию директоров, менеджеров, начальников отделов кадров!

Международный институт соционики приглашает на 2-дневный курс-интенсив

Соционика и методы эффективного менеджмента

Проверено!

на 100 предприятиях, фирмах, банках и торговых структурах России и Украины, в том числе в РАО «Газпром», в течение 20 лет

Участники курса-тренинга получат уникальные практические знания по применению новейших методов работы с кадрами и эффективного использования кадрового потенциала.

Авторы и ведущие:

Букалов А. В., доктор философии в области психологии, доктор философии в области соционики, директор Международного института соционики, главный редактор журналов «Менеджмент и кадры: психология управления, соционика и социология», «Психология и соционика межличностных отношений» и «Соционика, ментология и психология личности»;

Карпенко О. Б., доктор философии в области соционики, зам. директора МИС, зам. главного редактора журнала «Менеджмент и кадры: психология управления, соционика и социология».

Основные темы:

1. Различия стратегий поведения, мышления, методов работы и стилей деятельности людей.
2. Определение сильных и слабых сторон сотрудников, наиболее эффективных стратегий их деятельности. Прогнозирование успешности межличностных и деловых взаимодействий.
3. Создание коллектива, соответствующего личности руководителя, усиливающего его потенциал.
4. Как создать условия для работы и удержать сотрудников, чтобы они не уходили.
5. Обеспечение и стимулирование лояльности.
6. Методы правильного формирования коллектива, подбора сотрудников в структурные подразделения, найма людей «подходящих» для той работы, которую необходимо выполнять.
7. Особенности формирования коллективов для увеличения продаж, эффективного маркетинга и продвижения торговой марки.
8. Эффективный менеджмент и управление мотивацией персонала
9. Иерархия мотиваций человека, установки на вид деятельности, различия стимулов для разных типов людей. Подбор персонала под конкретные задачи.
10. Взаимодействия в малых группах. Факторы возникновения конфликтов. Способы преодоления несовместимости. Группы с естественной психологической и деловой совместимостью.
11. Методы работы с реальными коллективами. Принципы и возможные варианты построения эффективных коллективов.
12. Информационная безопасность организации и бизнеса.
13. Интегральный тип организации и тип корпоративной культуры.
14. Динамика коллектива и фазы его эволюции.

Участники получают сертификаты Международного института соционики

Свяжитесь с нами, чтобы принять участие в тренинге:

***тел:* (+38044) 558-09-35, *e-mail:* boukalov@gmail.com, 123@socionic.info**

2-дневный тренинг второго уровня
от Международного института соционики

Соционическая экспертиза коллективов и менеджмент

Тренинг адресован слушателям, уже имеющим базовые знания по соционике (прошедшим тренинг первого уровня). Участники получат практические знания по применению новейших методов работы с кадрами и эффективного использования кадрового потенциала. Методики МИС разработаны для консультирования и кадрового аудита и практически используются в коллективах более 110 предприятий России и Украины, в том числе РАО «Газпром», фирм, банков, торговых и муниципальных структур и структур МВД.

Авторы и ведущие:

Букалов А. В., доктор философии в области психологии, доктор философии в области соционики, директор Международного института соционики, главный редактор журналов «Менеджмент и кадры: психология управления, соционика и социология», «Психология и соционика межличностных отношений» и «Соционика, ментология и психология личности»;

Карпенко О. Б., доктор философии в области соционики, зам. директора МИС, зам. главного редактора журнала «Менеджмент и кадры: психология управления, соционика и социология».

Программа:

Первый день

1. Обзор основ соционики (типы людей, структура психики, интертипные отношения) и областей ее применения.
2. Методы определения соционических типов. Достоинства и недостатки различных методов.
3. Тестирование сотрудников: подготовка и организация процесса.
4. 15 признаков, по которым проявляется и определяется тип личности.
5. Особенности интертипных взаимодействий и отношений в бизнесе и на производстве.
6. Взаимодействия в малых группах.
7. Мотивация как основа деятельности человека: психологические и информационные аспекты.
8. Общая мотивация личности и определение лояльности персонала.

Второй день

1. Дополнительные характеристики личности. Формы социального поведения.
2. Психологические установки человека, их проявления в бизнесе и в сфере продаж.
3. Подбор сотрудников для эффективного выполнения поставленной задачи.
4. Методы построения коллективов. Увеличение коэффициента полезного действия коллектива и эффективности бизнеса.
    - Прогнозирование совместимости новых людей в команде.
    - Возможности коррекции существующих команд и коллективов.
    - Улучшение управляемости коллектива.
    - Работа с кадровым резервом.
    - Коррекция психологического и делового климата в коллективе.
    - Подбор персонала.
5. Реклама и маркетинг.
6. Ответы на вопросы. Разбор производственных ситуаций.

Каждому участнику предоставляется
комплект учебно-информационных материалов.

Участники получают сертификаты Международного института соционики

Свяжитесь с нами,
чтобы узнать дату и место проведения следующего тренинга:
тел: (+38044) 558-09-35,
e-mail: 123@socionic.info

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ СОЦИОНИКИ

соционика, ментология и психология личности

№ 1 (94) январь–февраль 2011 г.

СОДЕРЖАНИЕ

INTERNATIONAL INSTITUTE OF SOCIONICS
Socionics, Mentology and Personality Psychology
№ 1 (94) January–February 2011

CONTENTS

ИССЛЕДОВАНИЯ

УДК 159.923.2

Филатова Е.С.

ВАРИАНТЫ ВНУТРИ ОДНОГО ПСИХОТИПА

Представлен экспериментальный результат, свидетельствующий о том, что каждый психотип Юнга является суперпозицией не менее десятка элементарных типов.

Ключевые слова: психотип, вариант психотипа, «тонкая структура» юнговского психотипа.

Один из проблемных вопросов соционики, который пока еще не до конца разработан, — вопрос о вариантах в каждом из психотипов Юнга. Создание модели «А» позволило внести некоторую ясность в этот вопрос. В частности, оказалось, что могут быть усиленными разные функции, что не может не сказаться на своеобразии в поведения соответствующего психотипа. Менее всего вопросов возникает при усилении функций ведущего блока, в этом соционики, практически, солидарны.

К примеру, в структуре *Искателя* ИЛЭ усилена в первом блоке Программная функция — интуиция возможностей ▲. Из этого сразу следует, что обладатель такой структуры будет особенно сильно склонен к поиску всего нового, необычного, сулящего захватывающие перспективы, — то, что характеризуется экстравертной интуицией возможностей. Следовательно, в его поведении будет особенно ярко проявляться экстраверсия. Кроме того, поступки таких людей будут выглядеть сильно иррациональными, без продуманного плана. Внешне эти люди часто производят впечатление несобранных, в разговорах они, порой, увлеченно размахивают руками.

Если же, напротив, в той же структуре ИЛЭ усилена вторая функция первого блока, в данном случае — это структурная логика □, то обладатель такой структуры окажется более рациональным человеком, к тому же будет отличаться также и склонностью к созданию моделей, вплоть до модели Вселенной. А поскольку структурная логика — функция интровертная, то и этот факт скажется на манере поведения обладателя такой структуры, он будет более сосредоточен на своих мыслях и, соответственно, менее коммуникабелен, нежели представитель предыдущего варианта ИЛЭ. В психологии часто таких людей называют «центровертами». На самом же деле, общая вертность сохранится, поскольку она определяется вертностью программной функции, но в манере поведения появятся некоторые элементы, присущие интроверсии, и не более того.

Часто усиленность соответствующей функции хорошо заметна во внешнем облике человека соответствующего психотипа. Ниже приведены примеры фотографий представителей некоторых психотипов с усиленными функциями ведущего блока, которые снабжены комментариями. Полная подборка для всех 16-ти психотипов имеется в моей книге «Личность в зеркале соционики»[1].

Два варианта — это давно отмеченное социониками наблюдение, не вызывающее ни у кого сомнений. Но те, кто активно и внимательно работают, рано или поздно приходят к выводу, что вариантов на самом деле гораздо больше. Высказываются различного рода предположения об их возникновении, строятся гипотезы. Мне же хочется остановиться на факторах вполне наглядных, и для этого я хочу познакомить читателей со своими многолетними наблюдениями, касающимися внешности разных психотипов.

[1] Полную подборку фотографий читатель найдет в первом издании книги – в 2001 году, в переиздании же этой книги 2009 года в верстке пропущены эти 32 фотографии и допущены также другие досадные неточности. Издательство ЧБ любезно обещало мне при очередном переиздании книги осуществить верстку заново.

СЛЭ, Организатор, (●□)

Сенсорный подтип



Волевой и решительный, обладающий неукротимой энергией, сенсорный СЛЭ стремится во всем быть первым, поскольку оценивает все происходящее с позиции силы — «кто кого?» Он бывает и агрессивным, не терпит противоречий, все его приказания необходимо немедленно выполнять, иначе возможен скандал. В аварийных и опасных случаях никогда не теряется, не упустит инициативы, мгновенно оценивает угрозу и принимает решение, которое, как правило, приводит его к победе. Иногда в азарте борьбы может оказаться непоследовательным и хаотичным в стремлении непременно достигнуть желаемого результата.

Внешне люди этого психотипа чаще бывают на вид хрупки, худощавы. Но эта хрупкость обманчивая, чисто внешняя: за ней скрываются выносливость и сила. Сенсорные СЛЭ очень подвижны, до старости сохраняют стройность фигуры — полнота им не грозит. Очень внимательны к своему внешнему виду и здоровью. Многие из них занимаются спортом. Женщины этого подтипа СЛЭ много времени и внимания уделяют своему внешнему виду, могут одеваться дорого и экстравагантно, но всегда — со вкусом. Отличительная внешняя особенность — выступающая вперед нижняя челюсть, волевой рот, плотно сжатые губы.

Логический подтип



Логический подтип СЛЭ сдержаннее, чем сенсорный, он выглядит более уравновешенным, взвешенным, уверенным в своей силе, но не демонстративным. Успешный организатор, он умеет создать для своих подчиненных выгодные и комфортные условия работы. Перед тем как принять решение, долго продумывает множество вариантов. В своих действиях недоверчив и осторожен. Его очень ценят подчиненные за способность даже в сложных условиях экономических неурядиц всегда находить выходы из, казалось бы, тупиковых ситуаций.

Внешне — не демонстративен, имеет плотное, порой атлетическое телосложение, часто — «квадратный» подбородок. Характерны выдающаяся нижняя челюсть, плотно сжатые губы, волевой рот. Его движения плавные, упругие, походка — хорошего спортсмена, каковым он часто и является. Отличительная особенность мужчин — громкий «генеральский» голос, как правило, богатый низкими обертонами.

ИЛЭ, Искатель, (▲□)

Интуитивный подтип



Этот подтип обладает неугасимым интересом ко всему новому, необычному, что сулит захватывающие перспективы в будущем. Его интерес вспыхивает мгновенно, он может с головой окунуться в новые области деятельности, но так же быстро способен и охладеть к прежнему предмету увлечения, если появилось что-то другое, как ему кажется, более интересное. Сам готов ежеминутно генерировать самые разные идеи, как реальные, так и, по мнению иных практиков, «сумасшедшие». С увлечением готов делиться ими с любым, кто проявит к этому интерес. Не всегда понимает, уместно ли это делать, может обидеться, если его не слушают.

Его взгляд быстро загорается, как у маленького ребенка, которому показали интересную игрушку. Чаще он высок и худощав, очень подвижен, его речь скора и сопровождается большим количеством жестов.

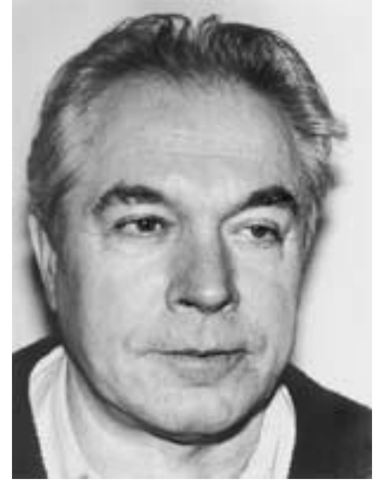
Логический подтип



Этот подтип ИЛЭ выглядит более спокойным и уравновешенным, чем подтип интуитивный. Часто он погружен в решение каких-то логических задач, которые отнюдь не обязательно предполагают практический результат. Бывает, что в быту пользуется какими-то новыми теориями, которые, почерпнув из литературы, принял к действию. Любит строить различные логические системы. Бывает самоуверен и резок, когда не понимает, как это другие не видят чего-то, для него очевидного. Ему трудно проявить к человеку теплое отношение (это может касаться даже собственных детей), он молча страдает из-за этого, но сам, как правило, не способен найти компромисс. Поведение его не столь экспансивно, как у интуитивного подтипа, он более внимателен к своему здоровью и внешнему виду, держится с чувством собственного достоинства и уверенности в себе.

ЭСИ, Хранитель (⊾●)

Этический подтип



Внешне производит впечатление мягкого и уступчивого человека, готового при необходимости прийти на помощь, и делает это скромно и ненавязчиво. Хорошо ощущает сенсорные потребности людей и следит за тем, чтобы близкие были окружены его заботой. Привержен нормам морали и традициям, неуклонно выполняет необходимые ритуалы. Однако за мягкой внешностью скрывается твердость принципов, нарушать которые никому не позволяется. Может иногда сорваться в крик, неуправляемую истерику, если, как ему кажется, его усилия не ценят, поскольку он очень чувствителен к тому, как к нему относятся окружающие. Он не лидер, но прекрасный исполнитель, трудолюбивый и ответственный. С большим пиететом относится к любой теории, даже самой простой, ему даже в голову не придет, что в ней может быть что-то неправильно. В нем очень сильна родительская жилка — прекрасно общается с маленькими детьми, отличный воспитатель и медицинский работник, хозяйственник. Может быть успешным и в прикладном искусстве.

Обладает чаще плотным телосложением, стремится следить за своим внешним видом, но в этом консервативен.

Сенсорный подтип



Это человек жестких внутренних установок, достаточно категоричный, в конфликтах — непримиримый. Тяготеет к административной работе, строго следит за порядком, но делает это несколько прямолинейно. Скрытен и недоверчив. Внутренне неуверен в себе и раним, однако старается этого не показывать, его защита — твердый свод правил поведения, которым он следует сам и выполнения которых требует от других. Иногда производит впечатление очень холодного и неприступного человека, и по этой причине бывает трудно распознать в нем этика. Для него характерен пронизывающий, жесткий, будто осуждающий взгляд.

В одежде более свободен, чем тип этический, умеет и любит одеться с большим вкусом, но строго.

ЭИИ, Психолог (⊾▲).

Этический подтип



Человек, глубоко погруженный в себя, в свой внутренний мир. Смолоду он формирует в своей душе высокие моральные критерии, с которыми подходит как к себе, так и к окружающим людям. Очень эмоционален и раним, но внешне это, как правило, незаметно. На протяжении всей жизни ищет смысл происходящего и для этого обращается к духовным учениям, стремится найти для себя такую систему, которая удовлетворяла бы его нравственные потребности. Очень совестлив, сильно переживает, если пришлось отказать кому-то в его просьбе. К работе относится исключительно ответственно, предъявляет к себе завышенные требования, поэтому часто переутомляется. Легко отзывается на просьбу выслушать и дать совет. Способен оказать и медицинские услуги.

Внешне выглядит аскетичным, взгляд идет откуда-то из глубины его существа и уходит в неизвестную даль.

Интуитивный подтип



Человек более открытый, чем подтип этический. Он живо интересуется тем, что происходит вокруг, с удовольствием откликается на предложение контакта, хотя сам первый на него идти стесняется. Он прекрасно ощущает эмоциональное поле внутри любой группы, в которой находится, готов оказать услугу, эмоционально поддержать, старается сгладить острые отношения. Однако не всегда это бывает легко, поэтому предпочитает лучше уйти, но не ссориться, если ситуация ему кажется неприемлемой. Легко увлекается новыми веяниями, умеет угадать их суть. Может реализовать свои способности в преподавательской и научной работе, лучше — гуманитарного профиля.

Внешне выглядит жизнерадостным, улыбчивым. Может одеваться со вкусом, иногда вспоминает и о моде, предпочитая неяркие тона одежды.

Началось все с того, что я оказалась в конце 1989 года в больнице в отделении кардиологии. Было очень скучно, больные, и я в их числе, между процедурами слонялись по коридору — там даже не было телевизора. И мне пришло в голову, что можно развлечься, определяя психотипы всех желающих, — как раз весною этого года я познакомилась с соционикой. Желающих оказалось немало, для всех это было хоть каким-то развлечением. Я с большим энтузиазмом рассказывала про соционику, определяла психотипы к большому удовольствию больничного контингента.

Определив психотипы довольно большой группы пациентов, я с удивлением обнаружила, что среди них — двое очень похожи друг на друга, и оба относятся к психотипу ИЛИ (△■, *Критик*). Посмотрев внимательно на окружающих, я увидела еще одного пациента, также, как казалось, очень похожего на ту пару. Конечно, я загорелась желанием непременно проверить свое предположение о том, что психотип проявляется во внешнем облике. К своему полному восторгу, я убедилась, что это — действительно так, он тоже — представитель ИЛИ! О подобных наблюдениях писала и Аушра, а также и некоторые другие соционики. Правда, мне нигде не удалось найти иллюстрацию этого факта в явном виде — в виде фотографий.

Казалось — ну что может быть проще? Надо просто сфотографировать разных людей, предварительно определив их психотипы, создать целый атлас фотографий, по которо-

му можно будет сразу увидеть, какой психотип перед вами, ну прямо, как мы узнаём своих знакомых по внешности на улице!

Но позднее оказалось все намного сложнее. Я с очевидностью убедилась в том, что среди представителей одного типа встречаются и очень разные лица. Как бы там ни было, эти наблюдения мне показались все же очень важными.

С тех пор я фотографировала всех тех, чьи психотипы, как виделось, определены достаточно надежно, как минимум, в трех ракурсах каждого. Для этого я обзавелась двумя фотоаппаратами «Зенит СД», один из которых постоянно носила с собой. Я пользовалась любой возможностью определять психотипы людей, с которыми меня сводил случай, а в качестве оплаты за определение психотипа и соционическое консультирование — просила разрешения фотографировать этих людей в научных целях. И здесь следует отметить, что я вначале со всей тщательностью определяла психотип, и только после этого фотографировала человека, и ни в коем случае — не наоборот. Далее — печатала фотографии и раскладывала по разным коробкам, которые специально для этого изготовила. Конечно же, всего этих коробок было 16+1. Одна — для тех, чей психотип вызывал сомнения.

Интересно, что в те годы, когда я была еще в начале этой работы, в Новосибирск приехал из Киева Виктор Гуленко, к тому времени уже достаточно известный и авторитетный в соционических кругах исследователь, чтобы провести семинар. После семинара я пригласила его к себе и показала свои фотографии. Помню, что это было десятка три ЛСЭ (Профессионал), среди которых я положила фотографии двух студенток, которые утверждали, что они точно принадлежат к этому психотипу. Но у меня были сомнения в этом. Виктор очень внимательно рассмотрел все лица на фотографиях и далее сказал фразу, которую я запомнила совершенно точно: «Удивительно, сразу видно, что эти двое — не из этой компании!» — указав на фотографии этой пары девушек. Мне эта встреча очень запомнилась, так как Виктор поддержал мою уверенность в том, что я на правильном пути, и что фотографии действительно развивают умение видеть что-то характерное в типе, что трудно объяснить словами. И это прекрасно видно, когда у вас перед глазами множество фотографий одного психотипа.

А с девушками я продолжала работать дальше, как это делала всегда, если хоть что-то не сходилось, и мы в итоге поняли, что они обе ЛИЭ, где они совершенно очевидно оказались в «своей компании». Замечу, что вполне естественно, наибольшее число «фотомоделей» были мои студенты, которым я в те годы читала лекции по соционике. Для меня особенно важным было научиться правильно диагностировать тип, поэтому я считала своим долгом определить психотип каждого из моих слушателей и каждого сфотографировать.

И так происходило в течение десяти лет, вначале — на физическом факультете университета в Новосибирском Академгородке, а потом — на физфаке университета Санкт-Петербурга, который я сама заканчивала. На мои лекции ходили кроме физиков — биологи, химики, математики, в общем, преимущественно студенты естественных факультетов. Этим обстоятельством определился основной «соционический контингент» — больше всего в итоге оказалось тех, кого мы относим к «Исследователям», меньше других было «Социалов».

Когда моя фототека оказалась представленной фотографиями более полутора тысяч человек, каждый их которых был снят в нескольких ракурсах, я решила разобраться в том, что у меня получилось. Взяв коробку с фотографиями одного из психотипов, я разложила фотографии на полу (никакой стол не мог их вместить) и стала внимательно рассматривать. Вскоре обнаружила, что несколько лиц были удивительно похожи друг на друга. Я их извлекла из общей массы фотографий и расположила рядом друг с другом в одну линейку.

Далее, я извлекла другую группу лиц, которые также оказались между собою очень похожими, в некоторых случаях настолько, что они напоминали всем известных двойников. Я расположила их во втором ряду, ниже первого ряда. Самым поразительным для меня оказалось то, что в итоге все фотографии нашли свое место, каждая — в своем ряду, где рядом были сходные лица, но между рядами сходства не было. Было такое впечатление, как будто

общий начальный уровень распался на дифференцированные подуровни, выявив «тонкую структуру».

Сразу возник вопрос о том, какое же число вариантов в каждом психотипе? Для *Исследователей*[2], которых у меня было больше, чем других типов, я обнаружила, что количество вариантов (рядов лиц) примерно полтора десятка. Это было для тех, где полное число сфотографированных людей превышало полторы сотни. Для *Социалов*[3], таких групп получилось немного меньше, что вполне понятно. При наличие большего числа фотографий можно было бы установить эту цифру достаточно точно. Я предполагаю, что полное число вариантов можно ориентировочно оценить числом 16 — любимой цифрой соционистов.

Итак, получилось, что для каждого психотипа можно выделить примерно полтора десятка кластеров лиц, очень похожих внутри каждого кластера друг на друга. Многие из них являются практически двойниками. Именно этот факт, как представляется, должен стать основой для деления на подтипы. Здесь сама Природа позаботилась о том, чтобы показать нам нечто общее внутри одной группы людей и отличия от других групп. Эти исследования опубликованы в моей книге «Личность в зеркале соционики» [1], в которой представлены по шесть вариантов для каждого из 16-ти психотипов. В качестве иллюстрации ниже из этой книги приведены данные для четырех психотипов.

Хочу сразу предупредить: не ищите абсолютного тождества лиц, постарайтесь заметить общие, «типные» черты, то, что их объединяет, делает похожими, — они достаточно выразительно проявляются в каждой группе психотипов. Обратите внимание также на характер взгляда.

Конечно, мне могут возразить, что не все пары очень похожи, есть и такие, кого никак нельзя назвать идентичными. И что же? Если они и не идентичны, тем не менее в них проявляется вполне выраженная однотипность с какими-то характерными акцентами. Хорошо бы, конечно, найти такого художника, который смог бы изобразить эти внешние акценты выразительными рисунками, как в дружеских шаржах. Но, все упирается в отсутствие средств для такой работы и в то, что художники не знают соционики.

Замечу, и это очень важно, что я получила такой результат совершенно неожиданно для себя, и этот результат в явном виде проявил два очевидных факта.

Первый факт состоит в том, что каждый психотип оказался состоящим из некоторого числа вариантов, которые были определенно дифференцированы, было очевидно, что они существенно отличаются друг от друга, несмотря на то, что принадлежат к одному типу. То есть, выявилась «**тонкая структура**», которую теперь следовало бы изучить и найти теоретические основания такого подразделения. Поскольку этот результат получился для всех психотипов, совершенно ясно, что он имеет некий фундаментальный характер, который необходимо далее исследовать.

А **второй факт** — это явное сходство лиц, которое мы наблюдаем среди представителей **внутри каждого** кластера. Похоже, что, наконец, найдена основа возникновения тех самых двойников, о которых чего только ни пишут и не говорят: «И почему это встречаются двойники, которые, порой, похожи друг на друга более, чем кровные родственники?», или еще: «Американские психологи установили, что у каждого человека на Земле есть свой двойник», и прочее. А на самом деле сейчас уже понятно, что они обнаруживаются в типологии Юнга, только если от юнговских типов продвигаться в дальнейшее, более тонкое исследование особенностей психотипов.

Рассматривая приведенные фотографии, большинство людей находят их в тройках и в парах очень похожими, но есть и такие скептики, которые не видят особого сходства. Мне это сходство виделось совершенно ясно, и я долго не могла понять, как же можно не видеть столь очевидного. Размышляя на эту тему, я осознала одну простую истину, которая заключается в следующем.

---

[2] Интутивно-логических

[3] Сенсорно-этических

Дело в том, что в прошлом веке, в отличие от века нынешнего, процесс фотографирования занимал много времени и сил. Действительно, мне приходилось делать снимки в самых разных условиях, в аудиториях университета, при боковом свете, в вагонах поездов, на пляжах летом, на вечеринках у друзей и так далее. Что получалось? Далеко не все снимки имели хорошее качество, и мне приходилось многие часы проводить у себя в ванной комнате, печатая фотографии и «вытягивая» тот или иной кадр, особенно в тех случаях, когда он был очень выразительным проявлением психотипа, и было бы жалко его потерять для публикации. Иногда приходилось изготавливать по нескольку десятков экземпляров одного кадра.

К чему это привело — совершенно понятно. Мало того, что все эти лица многократно запечатлевались в моем сознании, но еще и вычленялись некоторые характерные особенности лиц, которые повторялись в разных оттисках каждого элементарного подтипа одного ряда, хотя лица и не производили впечатления клонов или однояйцовых двойников. И эти-то особенности, которые подчас вербализовать было бы сложно, но которые я отчетливо видела, и были для меня ни чем иным, как внутренним проявлением психотипа во внешности.

Здесь уместно обсудить вопрос, а может быть, такой подход позволит определять психотипы? Думаю, что пока для этого нет оснований. Даже я, проделав такую большую работу, не могу себе позволить это делать исключительно по фенотипу, а считаю необходимым использовать для определения психотипа весь соционический арсенал психологических инструментов. А что же говорить о тех, кто такого опыта не имеет. Но тем не менее, тот фотомассив, который я заложила в свою память многолетним трудом, помогает мне, особенно, если я вдруг увидела нечто, что характерно только для этого элементарного типа и ни для кого другого.

Итак, теперь вопрос заключается в том, как определить, выделить те особенности, которые так наглядно проявляются во внешности и соответственно, похоже, носят физиологический характер? Конечно, лучше всего было бы заняться этими исследованиями, но, к сожалению, пока физиологов это не интересует.

Все, что сейчас можно сделать, находясь на позициях соционики, это постараться связать особенности подтипа с функциями Юнга. И снова начинаются поиски, связанные с усилением отдельных функций, их акцентам, усилению блоков… многие предлагают свои варианты, но пока очевидной ясности в этом не достигнуто. В этом плане мне представляется, что среди многочисленных соционических публикаций наиболее интересна статья А. Филимонова и В. Колчина [2] о вариантах самих функций, что, естественно, сказывается и на особенностях типов. Эти авторы обратили внимание на то, что у одного и того же психотипа функции Юнга могут проявлять два разных аспекта, а с учетом усиления правого либо левого блока модели «А», получается восемь разных вариантов психотипов. Читатель может найти все эти построения и комментарии к ним в моей книге «Личность в зеркале соционики».

Конечно, возникает законное сомнение, чем все-таки реально определяется возникновение подтипов (назовем их элементарными), что лежит в их основе и как эти элементарные типы выявить? Является ли именно подход Филимонова-Колчина единственно правильным или могут возникнуть какие-то другие варианты деления? Пока мы можем основываться только на наших интуитивных догадках и их опытных проверках. Здесь нам остается продвигаться, что называется, на ощупь. Замечу только, что чем меньше отличий вариантов типа друг от друга внутри одного психотипа, тем труднее их выявить, поскольку природные свойства каждого из нас сильно «зашумлены» воспитанием, работой над собой, различными социальными требованиями.


1

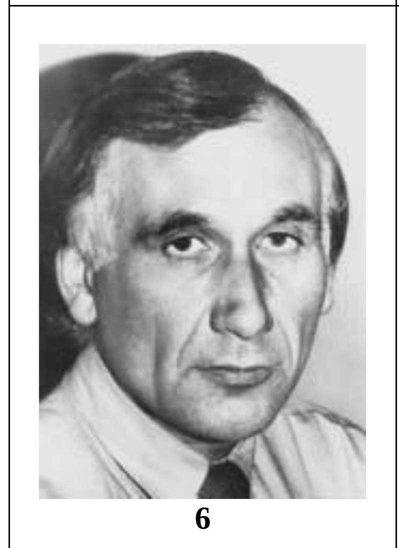

2


3


4



5


6


7

Логико-сенсорный интроверт, ЛСИ, *Систематик*

Этот психотип, согласно своему названию Систематик, сам внешне выглядит так, как будто воплощает собой определенную систему. Самые симметричные лица мы встречаем именно у людей этого типа.

Посмотрите на фотографии 1-2-3. Мы видим симметричные лица, плавно от висков сужающиеся к подбородку, дугообразные брови, удлиненные носы. Возможно, многие читатели обратят внимание на то, что взгляд ЛСИ кажется несколько расфокусированным, как будто перед нами интуиты. Однако таково влияние интроверсии: почти все они погружены в свою интровертную структурную логику, поэтому их взгляд обращен внутрь себя.

Во втором ряду 4–5 — лица, как бы заключенные в строго параллельные вертикальные линии. Это — явные представители логического подтипа, хранители системы и структуры, готовые ее совершенствовать и ей следовать. У них также спокойные лица, по

которым трудно угадать, какие эмоции владеют душами и сердцами этих людей.

Обратите особое внимание на пару 6-7. Наиболее широкая часть их лиц находится на уровне висков, выше — довольно мощный лоб, но затем от крупного носа лицо переходит в несколько непропорционально небольшой подбородок, немного скошенный назад. Такого вида лица встречаются только среди представителей психотипа ЛСИ.

А вот что касается трех остальных пар: 8–9, 10–11 и 12–13, то они явно отличаются от первых. Строго симметричные и очень похожие лица юноши и девушки 8–9, возможно, также тяготеют больше к логическому подтипу, правда, пока сложно сказать, в чем разница между этими тремя логическими подтипами.

Среди представителей этого типа часто встречаются те, кто, из-за слабости интуиции, склонны никому не доверять и многократно проверять, особенно, представителей противоположного пола перед тем, как решиться вступить в брак.

Особенно это чувствуется в характерных недоверчивых взглядах явно сенсорных подтипов двух последних пар. В их глазах что-то очень похожее на то, что мы наблюдали во взглядах ЭСИ, такая недоверчивость определяется болевой интуицией, когда человеку трудно проникнуть в суть объектов и проблем, поэтому он боится встретиться с «подвохом».



8



9



10



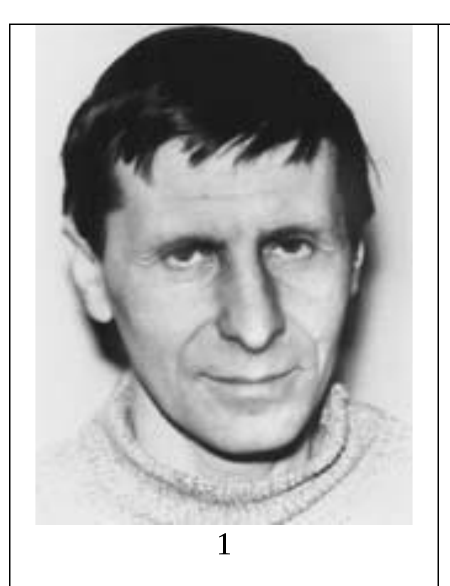
11



12



13



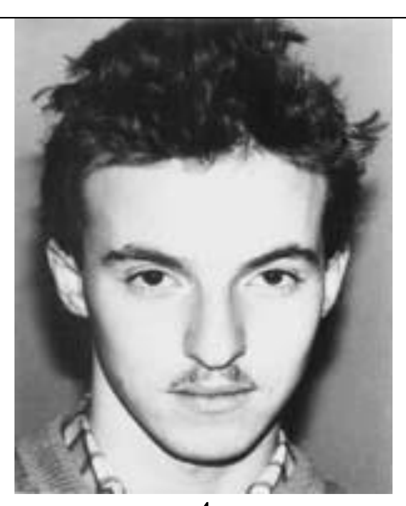
1



2



3



4



5

6



7

Интуитивно-логический интроверт, ИЛИ, Критик.

Очень характерен для ИЛИ подтип 1–2–3, который приведен в первом ряду. Узкое лицо, близко посаженные глаза, удлиненные узкие носы, на конце загнутые вниз к верхней губе, небольшие узкие губы. Это — интуитивный подтип, достаточно сильно интровертированный, а также выражено иррациональный. Глядя на их портреты, особенно хорошо понимаешь, что Природа настолько ясно нам показывает сходство, что не заметить его трудно, особенно, если портреты таких людей расположить рядом.

Следующие две пары молодых людей 4–5 и 6–7 производят явное ощущение двойников в своих парах, хотя между самими парами совершенно нет никакого сходства. Обе пары явно сильно интуитивны — достаточно обратить внимание на их «белоинтуитивный» взгляд — взгляд, блуждающий где-то вдалеке. Правда, в первой паре скепсис кажется не таким доминирующим, как во второй.

По-видимому, столь раз-

ное строение их лиц связано с существенными различиями в их мировосприятии и, соответственно, свойствах функций. Не исключено, что их интуиция имеет разное содержание: фантазии — для первой пары, и времени — для второй. Насколько автору известно, второй паре молодых людей 6–7 особенно присущ скепсис. «Что может быть хорошего в людях? Что вообще можно ожидать хорошего от жизни?» — такое приходится слышать от представителей именно этого подтипа

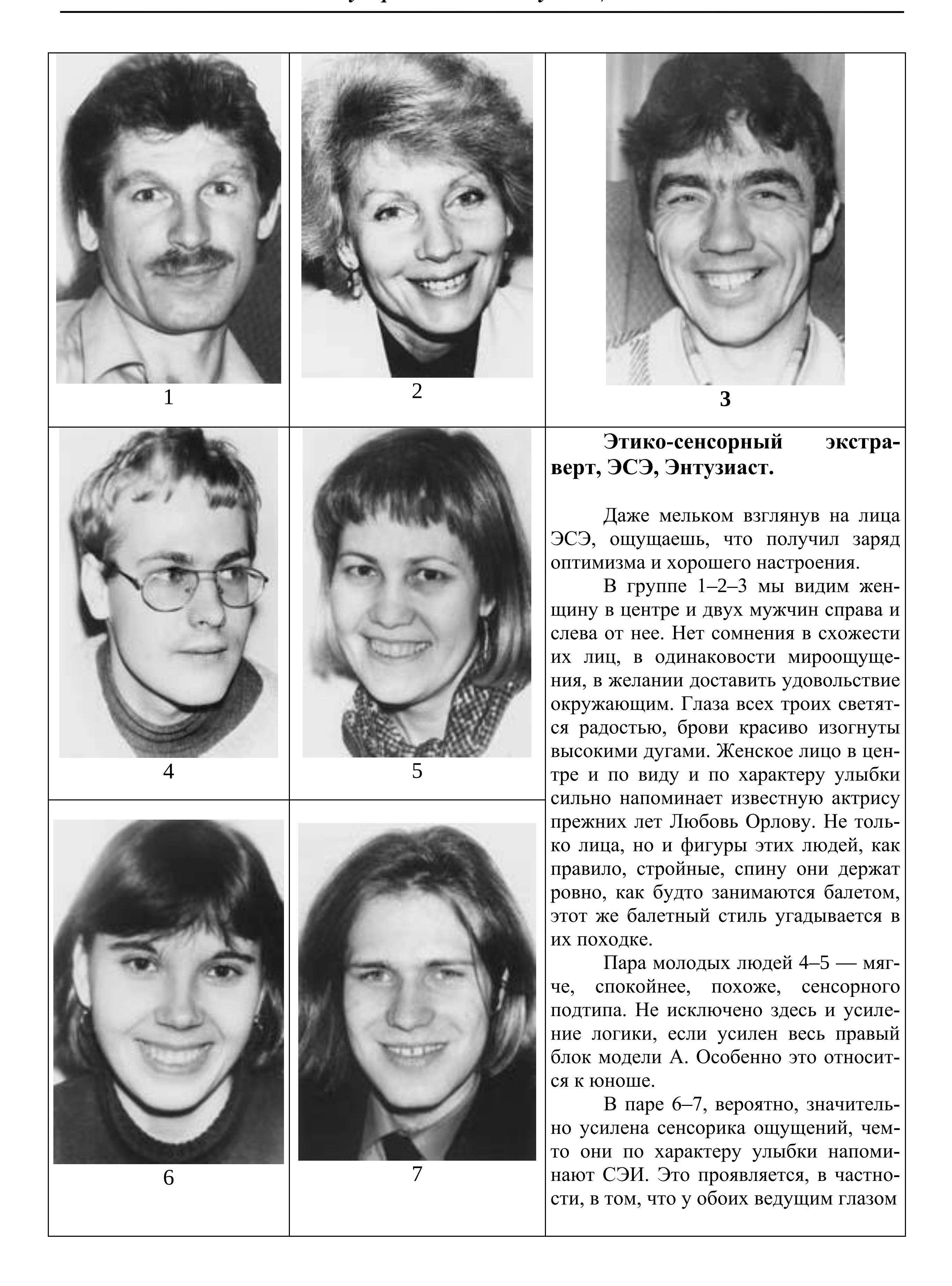
Интересно, что в среде соционистов выработаны определенные стереотипы «типичных психотипов». Причем далеко не всегда это — наиболее часто встречающиеся люди, скорее — наиболее запоминающиеся своей явно выраженной типной принадлежностью. Именно такова пара 6–7. Интересно, что, хотя таких людей и можно встретить в жизни и на улицах, и на телепередачах, и т.д., автору за более чем десять лет работы удалось сфотографировать только двух, в то время как юношей подтипа 4–5 в фототеке — около десяти.

Три пары, представленные справа, отличаются от предыдущих более открытыми лицами. Здесь явно ощущается влияние усиленной деловой логики. Такие люди обычно более активны, деятельны.

Некоторая особенность пары 8–9 — короткие носы с открытыми ноздрями — в этом они отличаются от других пар.

Обратите внимание на молодых людей 12–13. Этот подтип с характерным утолщением на конце носа, автор встречала только среди ИЛИ. Глядя на этих юношей, сразу вспоминается известный французский киноактер Жерар Депардье в его молодости. Возможно, он принадлежит именно к этому подтипу ИЛИ.


8 9 10 11 12 13



1 2 3 4 5 6 7

Этико-сенсорный экстраверт, ЭСЭ, Энтузиаст.

Даже мельком взглянув на лица ЭСЭ, ощущаешь, что получил заряд оптимизма и хорошего настроения.

В группе 1–2–3 мы видим женщину в центре и двух мужчин справа и слева от нее. Нет сомнения в схожести их лиц, в одинаковости мироощущения, в желании доставить удовольствие окружающим. Глаза всех троих светятся радостью, брови красиво изогнуты высокими дугами. Женское лицо в центре и по виду и по характеру улыбки сильно напоминает известную актрису прежних лет Любовь Орлову. Не только лица, но и фигуры этих людей, как правило, стройные, спину они держат ровно, как будто занимаются балетом, этот же балетный стиль угадывается в их походке.

Пара молодых людей 4–5 — мягче, спокойнее, похоже, сенсорного подтипа. Не исключено здесь и усиление логики, если усилен весь правый блок модели А. Особенно это относится к юноше.

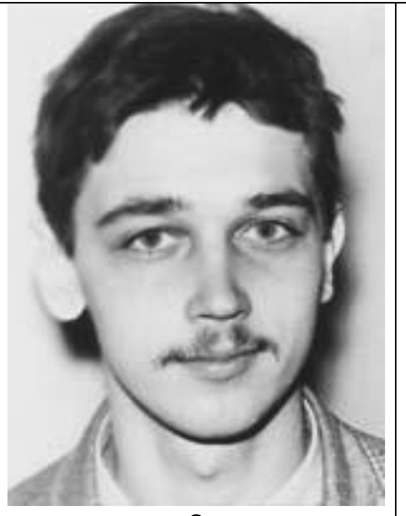
В паре 6–7, вероятно, значительно усилена сенсорика ощущений, чем-то они по характеру улыбки напоминают СЭИ. Это проявляется, в частности, в том, что у обоих ведущим глазом

является правый, интровертный. Для всех остальных подтипов, представленных здесь, ведущим все же является экстравертный, левый глаз.

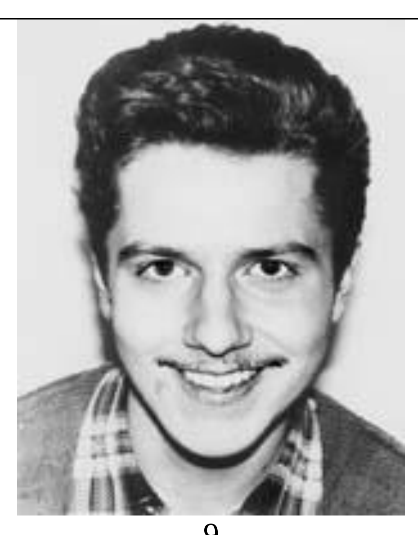
Наверное, юношам 8-9 очень пошел бы мундир с эполетами — что-то есть в их облике гусарское. Действительно, судя по описаниям, гусары были готовы многим пожертвовать, чтобы не запятнать честь дамы, и именно это свойство характера присуще мужчинам психотипа ЭСЭ. Они всегда обходительны, галантны — настоящие эмоциональные эстеты.

Два женских портрета 10-11, несмотря на сильную разницу в возрасте, очень схожи. Их, кроме чисто внешнего сходства, объединяет мягкая, располагающая улыбка людей, идеально подходящих для сферы услуг.

Трудно сказать, чем так похожи молодые мужчины 12 и 13. Скорее — всем общим обликом. Интуиты согласятся с этим утверждением скорее, чем сенсорики, ведь интуит воспринимает целостный образ, в отличие от сенсорика, который начнет подробно сравнивать форму бровей, носа, подбородков… Интересно, что в этой паре трудно определить вертность по глазам — они у обоих смотрят совершенно симметрично, но характер самого взгляда не оставляет сомнения в экстраверсии обоих. Часто этот подтип ЭСЭ можно принять за интровертный СЭИ, поэтому следует быть особенно внимательным к их рацио-иррациональности.



8



9



10



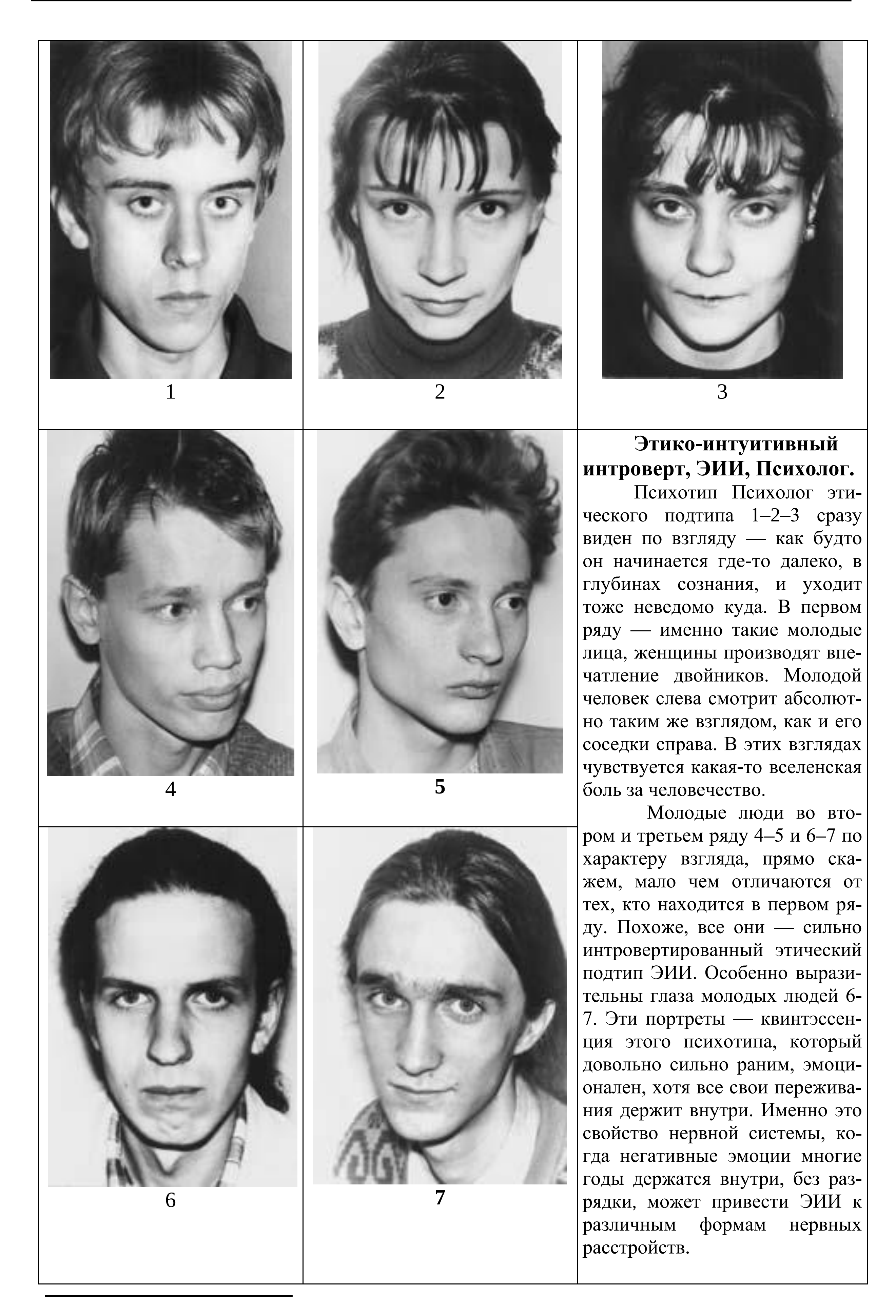
11



12



13



1 2 3

4 5

6 7

Этико-интуитивный интроверт, ЭИИ, Психолог.

Психотип Психолог этического подтипа 1–2–3 сразу виден по взгляду — как будто он начинается где-то далеко, в глубинах сознания, и уходит тоже неведомо куда. В первом ряду — именно такие молодые лица, женщины производят впечатление двойников. Молодой человек слева смотрит абсолютно таким же взглядом, как и его соседки справа. В этих взглядах чувствуется какая-то вселенская боль за человечество.

Молодые люди во втором и третьем ряду 4–5 и 6–7 по характеру взгляда, прямо скажем, мало чем отличаются от тех, кто находится в первом ряду. Похоже, все они — сильно интровертированный этический подтип ЭИИ. Особенно выразительны глаза молодых людей 6-7. Эти портреты — квинтэссенция этого психотипа, который довольно сильно раним, эмоционален, хотя все свои переживания держит внутри. Именно это свойство нервной системы, когда негативные эмоции многие годы держатся внутри, без разрядки, может привести ЭИИ к различным формам нервных расстройств.

Несколько светлее лица следующей пары 8–9. Однако та же затаенная боль и грусть в их глазах все же видна. Заметьте, что эту пару молодых людей можно было бы легко принять и за логиков, если не быть достаточно внимательными к этой затаенности.

В глазах женщин пятого ряда 10–11 уже нет такой болезненности, их даже, если не быть особенно внимательными, можно принять за логиков. Однако они также принадлежат психотипу ЭИИ, только в их модели А усилен правый блок, блок интуиции и логики, получается, что они принадлежат к ЭИИ с подтипом ИЛЭ.

И уже, на первый взгляд, совсем выпадает из общей картины последняя пара женских лиц 12–13. Я очень много общалась с одной из этих женщин и с абсолютной уверенностью утверждаю, что это — также тип ЭИИ, только с усиленной *интуицией возможностей* (▲). Отсюда — и некоторая лукавость улыбки, характерная для ИЭЭ. Чисто внешнее отличие рационального типа от иррационального — для рациональных характерна прямоугольная форма лица. Надо заметить, что обе эти женщины — медицинские работники, обе работают в отделениях физиотерапии в разных центрах. В таких сложных случаях необходимо особенно быть внимательными при определении психотипов, особо обращая внимание на *рациональность-иррациональность* и *экстраверсию-интроверсию*.



8 **9**

10 11

12 **13**

В заключение я хочу еще остановиться на том, какова степень надежности предъявленных выше фотографических результатов. Здесь достаточно задаться вопросом, а что бы получилось, если бы при определении какого-то числа психотипов хотя бы одна дихотомия в каждом типе была определена неверно? Совершенно естественно, что фотография этого психотипа оказалась бы в коробке с фотографиями другого психотипа. Неверное определение другой дихотомии отправило бы исследуемую фотографию соответственно в еще какую-то другую коробку и так далее. К чему бы это привело? Произошло бы **перемешивание** фотографий, и никакие элементарные типы бы вообще не проявились.

Еще один вывод из того факта, что получилась система элементарных типов для каждого из юнговских типов, состоит в том, что таким образом мы получаем подтверждение ортогональности осей юнговских дихотомий. Если бы оси (как полагают некоторые соционики) были бы не ортогональны — не состоялось бы разложение каждого юнговского типа на элементарные типы (в математике — диагонализация матрицы), так как отсутствие ортогональности «размазало» и перемешало бы их все.

Литература:

1. *Филатова Е.* Личность в зеркале соционики. — СПб: Б.С.К., 2001.
2. *Филимонов А., Колчин В.* Эмпирические данные в пользу модели Ф. //Соционика. Ментология и психология личности. — 1997. — № 2.

Статья поступила в редакцию 28.01.2011 г.

УДК 159.923.2

Роганов Д. А.

ИНТЕГРАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ В ТРИАДЕ

Рассмотрены взаимодействия типов информационного метаболизма в триадах. Описаны интертипные отношения в таких малых группах.

Ключевые слова: соционика, тип информационного метаболизма, интертипные отношения.

Вопрос взаимодействия участников общения в таких небольших группах, как диады и триады[4], весьма интересен для исследования, т. к. рабочий коллектив, компанию для отдыха, семью в большинстве случаев можно рассматривать либо как такую группу, либо как совокупность таких групп.

Отношения в диадах впервые были описаны А. Аугустинавичюте. В дальнейшем В. В. Гуленко каждому из отношений поставил в соответствие соционический тип (интровертная соционика) [8]. Например, отношению дополнения соответствует тип сенсорно-этического интроверта. Действительно, отношения дополнения — это приятные, веселые отношения. В приложении 1 к настоящей статье приведены типы — «носители отношений» для соционических отношений всех 16-ти видов.

[4] Диада — два участника процесса общения, триада — три участника.

При рассмотрении отношений в триадах был замечен следующий интересный факт: в некоторых случаях, если считать отношения в триаде как совокупность диадных отношений, триада должна распадаться, в то время как в реальности этого не происходит. Поясним это на примере (рис. 1).

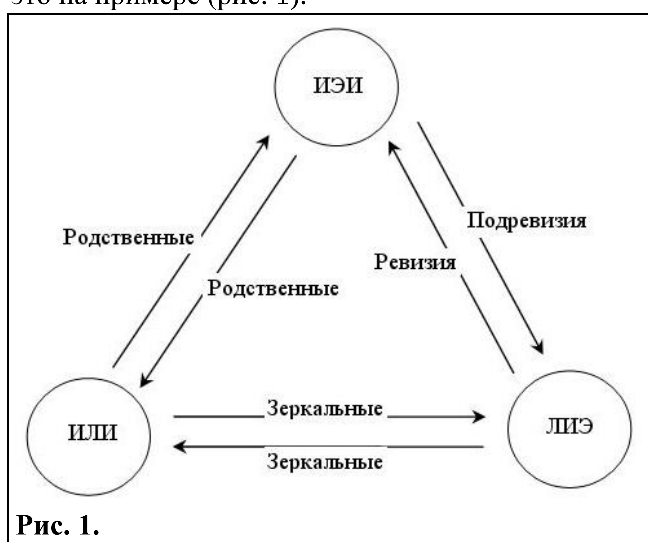


Рис. 1.

Рассмотрим триаду, состоящую из интуитивно-этического интроверта (ИЭИ[5]), интуитивнно-логического интроверта (ИЛИ), логико-интуитивного экстраверта (ЛИЭ).

Представив триаду как совокупность 3-х диад (ИЭИ–ИЛИ, ИЛИ–ЛИЭ, ЛИЭ–ИЭИ), видим: ИЭИ на точку наименьшего сопротивления попадают как ЛИЭ с базовой функции, так и ИЛИ с творческой функции. ИЛИ на болевую точку попадает ИЭИ с творческой функции.

Наиболее дискомфортно в этой триаде должен чувствовать себя ИЭИ, вследствие чего он должен из нее выйти, но в действительности этого не происходит, все участники общаются, и триада не распадается.

Для разрешения такого противоречия рассмотрим еще одну составляющую, которой нет в диаде, но которая появляется, начиная с триады (рис. 2). Это **отношение отношений**[6].

В настоящей статье такие отношения названы **Интегральными Отношениями Триады** (ИОТ).

Наличие этой составляющей более очевидно для *интроверта* т. к. *интроверт* ориентирован на отношения, в то время как *экстраверт* ориентирован на объекты. При этом заметим, что подсознательно наоборот: *экстраверт* ориентирован на отношения, а *интроверт* на объекты, т. е. любой тип ориентирован и на объекты, и на отношения, только на что-то одно осознанно, а на другое неосознанно, поэтому ИОТ оказывает влияние как на *интровертов*, так и на *экстравертов*.

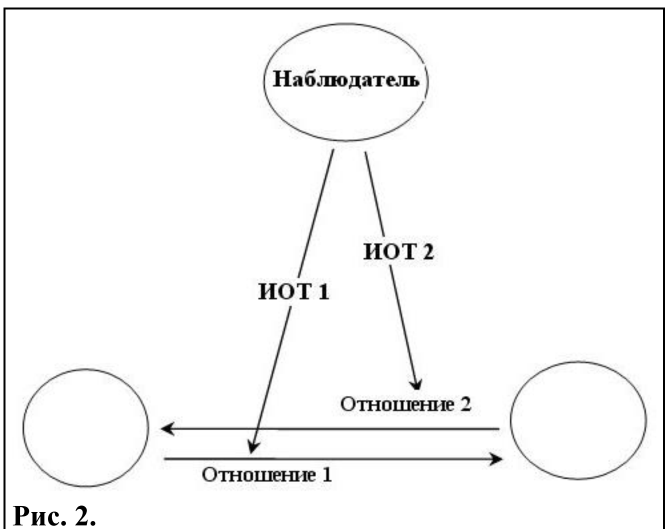


Рис. 2.

Определяется ИОТ как отношение одного участника («наблюдателя») к виду отношения[7] между двумя другими участниками общения.

Чтобы было удобно считать общее количество отношений, условимся, что асимметричные отношения записываются через дробь («/»), без коэффициента 1, а к симметричным отношениям ставится коэффициент 2, т. к. в диаде их два: в одну и в другую сторону[8].

---

[5] Соответствие всех сокращенных названий полным — в Приложении 1.

[6] *Прим. ред.*: Такие отношения впервые в соционике выявил Г. А. Шульман, обозначив их как *отношения второго порядка*. Это понятие было введено им в 1989 на 2-ой Всесоюзной конференции по соционике (Новосибирск) [10-12]. Эти отношения были интерпретированы им как полевые взаимодействия.

[7] Соответствие отношений типам см. Приложение 1.

[8] *Прим. ред.*: Точнее было бы записывать асимметричные отношения с коэффициентом 1/2, а симметричные — без коэффициента. Но результаты работы от этого коренным образом не изменятся.

Например, отношения ЛИЭ — ИЭИ будем записывать: Ревизия/Подревизия. А отношения ИЭИ — ИЛИ: 2 Родственные.

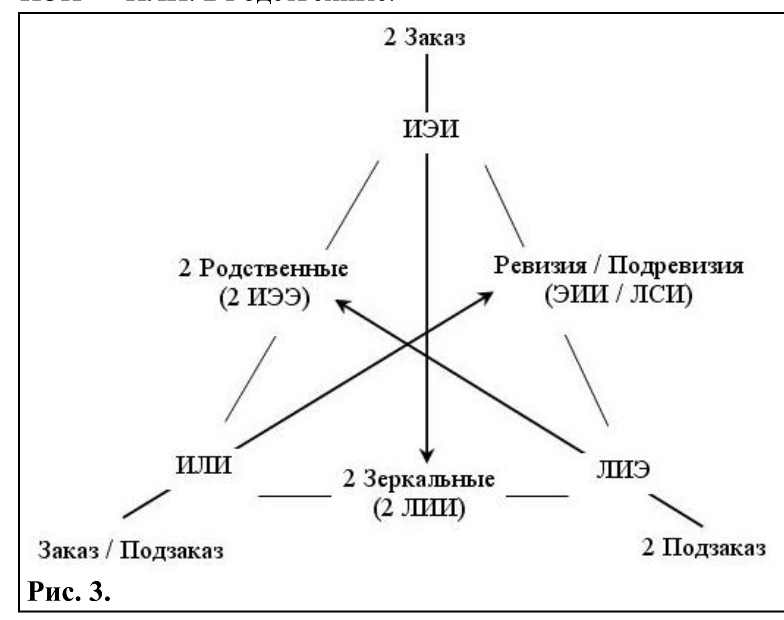


Рис. 3.

Учитывая изложенное, вернемся к триаде: ИЭИ-ИЛИ-ЛИЭ. Обозначим на схеме все отношения, включая ИОТ («отношение к отношению»). Полная картина отношений будет выглядеть следующим образом (рис. 3).

Объяснение устойчивости триады заключается в том, что тяжелые отношения Ревизия/Подревизия гармонизируются ИОТ Заказ/Подзаказ. ИЭИ по отношению к зеркальным отношениям (носитель — логико-интуитивный интроверт (ЛИИ)) между ИЛИ и ЛИЭ чувствует себя заказчиком, а ЛИЭ чувствует себя подзаказным по отношению к Родственным отношениям (поскольку носитель их — интуитивно-этический экстраверт (ИЭЭ).

Таким образом, ИОТ оказывают **качественное** влияние на общий климат в триаде.

Рассмотрим **количественное** влияние ИОТ.

На примере нескольких триад был замечено, что все ИОТ, которых формально в триаде должно быть 6, **сходятся к одному или двум отношениям**. В нашем примере ИОТ получились Заказ и Подзаказ. Наглядно это можно продемонстрировать на следующем примере (рис. 4).

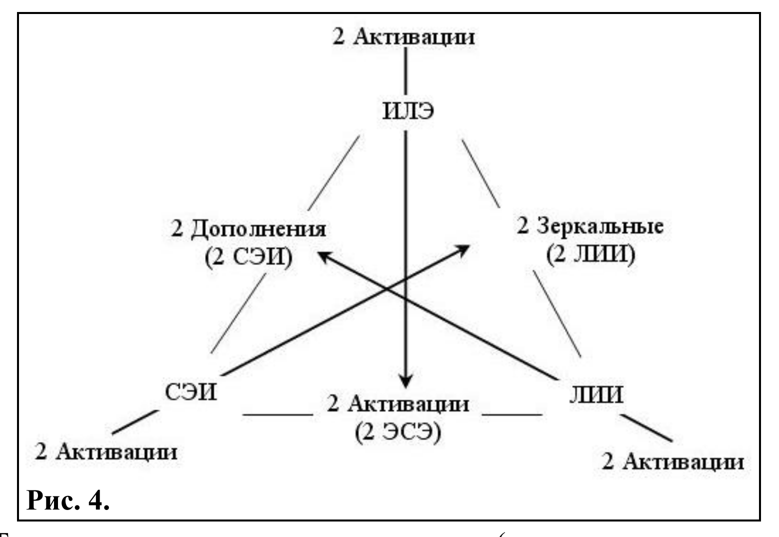


Рис. 4.

В триаде, состоящей из интуитивно-логического экстраверта (ИЛЭ), логико-интуитивного интроверта (ЛИИ), сенсорно-этического интроверта (СЭИ), все 6 ИОТ сходятся к одному — активации (носитель — этико-сенсорный экстраверт (ЭСЭ)).

Распределение диадных отношений выглядит следующим образом: 2-дополнения, 2-зеркальных, 2-активациию.

Т. о. в данном случае ИОТ по количеству в 3 раза превосходит любое из диадных отношений.

‖ Эффект усиления ИОТ из-за сходимости назван **фокусировкой**.

Т. о. теоретически ИОТ за счет фокусировки оказывают сильное воздействие на внутренний «климат» триады.

В большинстве триад д ИОТ сходятся к двум отношениям. Поясним это следующим примером (рис. 5).

В триаде, состоящей из сенсорно-логического экстраверта (СЛЭ), логико-сенсорного интроверта (ЛСИ), сенсорно-этического интроверта (СЭИ) присутствуют диадные отношения: Миражные (носитель интуитивно- этический интроверт (ИЭИ)), Зеркальные (носитель логико-интуитивный интроверт (ЛИИ)), Заказ (носитель логико-сенсорный экстраверт (ЛСЭ)), Подзаказ (носитель этико-интуитивный экстраверт (ЭИЭ)).



Рис. 5.

Суммируя ИОТ, получаем: 5 активации + 1 квазитождества. Т. е. ИОТ сводятся к двум отношениям: квазитождества и активации, причем активация преобладает.

> В случае, если по количественному показателю одно из ИОТ преобладает, оно называется доминантным.

В данном случае доминантно отношение активации.

Гипотеза о сходимости ИОТ была подтверждена путем вычисления ИОТ для всех возможных 816 триад[9].

Распределение отношений выглядит следующим образом:

1. В триаде все 3 пары диадных отношений симметричны;
   а) отношения сводятся к одному — 240 триад (пример: ИЛЭ, СЭИ, ЛИИ; ИОТ = 6 активаций);
   б) отношения сводятся к двум с доминантой 4+2 — 160 триад (пример: ЛСИ, СЛЭ, ЛСЭ; ИОТ = 4 миражные + 2 полудополнения);
2. В триаде одна пара диадных отношений асимметрична, 2 пары диадных отношений симметричны;
   а) отношения сводятся к двум с доминантой 5+1 — 128 триад (пример: СЭИ, ЛСИ, СЛЭ; ИОТ = 5 активации + 1 квазитождества);
   б) отношения сводятся к двум 3+3 — 128 триад (пример: ИЭИ, ИЛИ, ЛИЭ; ИОТ = 3 Заказ + 3 Подзаказ);
3. В триаде 2 пары диадных отношений асимметричны, 1 пара диадных отношений симметрична;
   а) отношения сводятся к двум с доминантой 4+2 — 160 триад (пример: ЭСЭ, ИЭЭ, ЛИЭ; ИОТ= 4 Деловые + 2 Родственные).

Закономерности

В результате построения ИОТ были замечены некоторые интересные закономерности:

1. Квадры α и **γ** имеют особенность при наличии любых трех своих представителей «достраивать» четвертого недостающего в виде ИОТ. Например, представители третьей квадры логико-интуитивный экстраверт (ЛИЭ), этико-сенсорный интроверт (ЭСИ), сенсорно-этический экстраверт (СЭЭ) вместе образуют «виртуального» интуитивно-логического

[9] Из 16 типов можно сформировать 816 уникальных триад. Заметим, что 16x16x16 = 4096 — это общее количество триад в соционе, но не количество уникальных триад, т. к., например, триада ЭИЭ, ЛСЭ, СЛИ идентична триаде СЛИ, ЛСЭ, ЭИЭ и т. д.

интроверта (ИЛИ) в виде ИОТ (рис. 6). Можно предположить, что в квадрах α и γ для создания комфортной атмосферы не обязательно наличие всех четырех типов, вполне достаточно трех представителей, четвертый будет «виртуальным».

2. **Кольца социального заказа и ревизии** при наличии трех своих представителей достраивают четвертого «виртуального» как доминанту ИОТ (Рис.7).

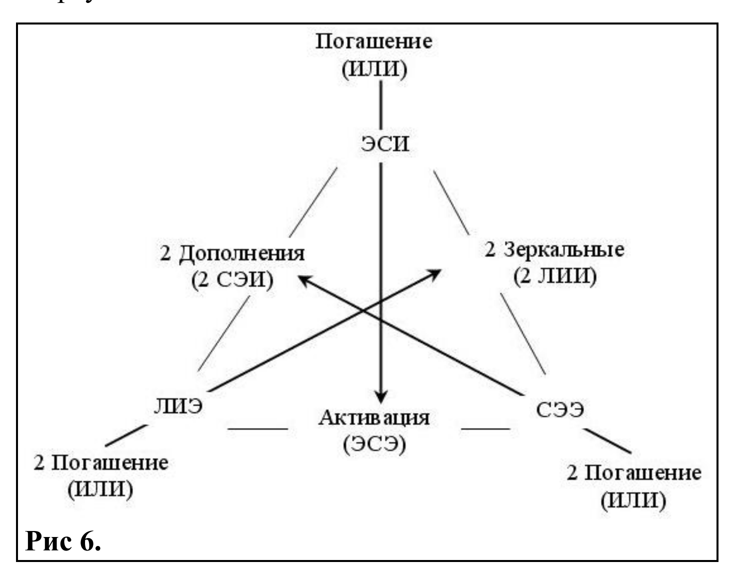


Рис 6.

Например, этико-сенсорный экстраверт (ЭСЭ), интуитивно-этический экстраверт (ИЭЭ), логико-интуитивный экстраверт (ЛИЭ) достраивают недостающего в кольце социального заказа сенсорно-логического экстраверта (СЛЭ) в виде доминанты ИОТ (ИОТ = 4 деловые + 2 родственные).

Это обстоятельство полезно учитывать при формировании трудовых коллективов. Дело в том, что при замыкании кольца соцзаказа и объединении всех четырех представителей, будет непонятно, кто в этой четверке начальник, а кто подчиненный. Т. е. такое замкнутое кольцо трудно вписывается в какую-либо структуру. На практике было замечено, что благоприятным для трудовых коллективов оказывается наличие 3-х участников кольца соцзаказа. Можно предположить, что заказ циркулирует благодаря «мостику» из «виртуального» (в виде доминанты ИОТ) 4-го недостающего участника кольца соцзаказа. Для этого важно, чтобы все 3 участника кольца соцзаказа вместе общались, т. к., если они будут общаться парами по отдельности, то триады как таковой не будет, а, следовательно, не будет и «мостика», образованного доминантой ИОТ, т. е. кольцо соцзаказа будет разорвано.

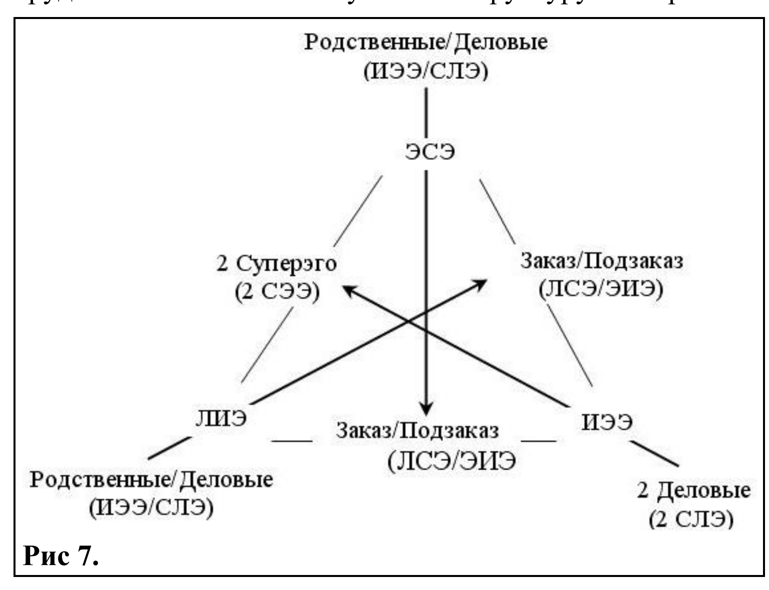


Рис 7.

Что касается кольца ревизии, то наблюдается аналогичная ситуация: 3 участника кольца ревизии достраивают 4-го «виртуального» ревизора, и атмосфера становится напряженной. Психологический климат в триаде из 3-х представителей какого-либо кольца ревизии тяжелый, поэтому следует избегать образования подобных триад.

Практическое применение.

Существует возможность воздействия на диаду существенным образом путем расширения ее до триады.

С точки зрения 1-го Участника общения, при добавлении 3-го участника появляются (рис. 8):

1. Пара диадных отношений (Отношения 1-3);
2. ИОТ (ИОТ 1-(2-3)).

Т. е. на одну ранее существовавшую пару (Отношения 1-2) теперь приходятся две новые пары: Отношения 1-3 и ИОТ 1-(2-3). Т. о. влияние на 1-го Участника ранее существовавшей пары отношений в значительной степени уменьшается.

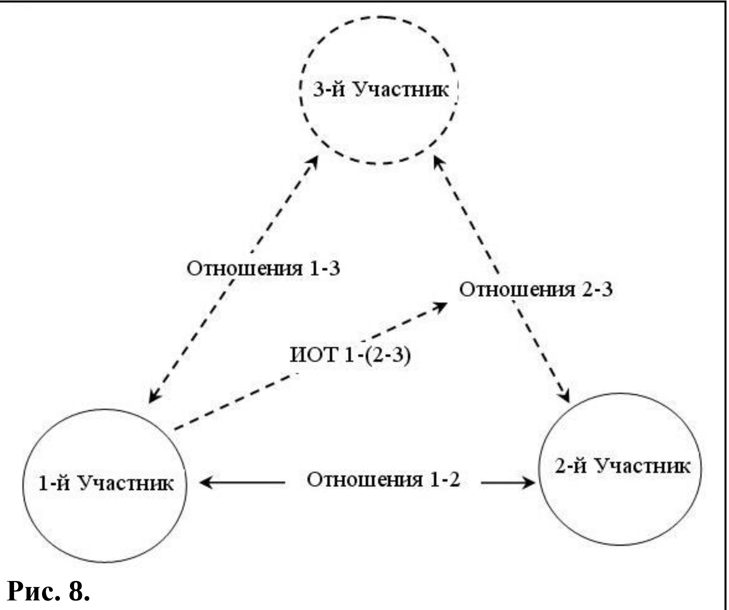


Рис. 8.

Как частный случай изменения микроклимата диады рассмотрим преобразование наиболее тяжелых ревизных диад методом расширения их до триад для улучшения психологической ситуации в них.

Суть метода заключается в гармонизации ревизии социальным заказом. При этом следует стремиться к тому, чтобы подревизный оказался в роли заказчика, а ревизор — в роли подзаказного.

> При добавлении интуитивно-логического интроверта (ИЛИ) к ревизной диаде появляется ИОТ заказа/подзаказа во всех случаях.

Рассмотрим направление заказа.

1. Для ревизных диад правого кольца прогресса существует 2 варианта:
   - Если подревизный оказывается в роли заказчика, то на ревизора действует «нейтральное» ИОТ — заказ/подзаказ (рис. 9);
   - Если в роли подзаказного оказывается ревизор, то на подревизного действует «нейтральное» ИОТ — заказ/подзаказ (рис. 10).
2. Для ревизных диад левого кольца прогресса во всех случаях подревизный оказывается в роли заказчика, а ревизор в роли подзаказного. Как в случае с самым первым примером триады: ИЭИ, ИЛИ, ЛИЭ (рис.3) .

При коррекции каких-либо отношений диады методом добавления 3-го Участника помимо ИОТ следует также учитывать появляющиеся диадные отношения.

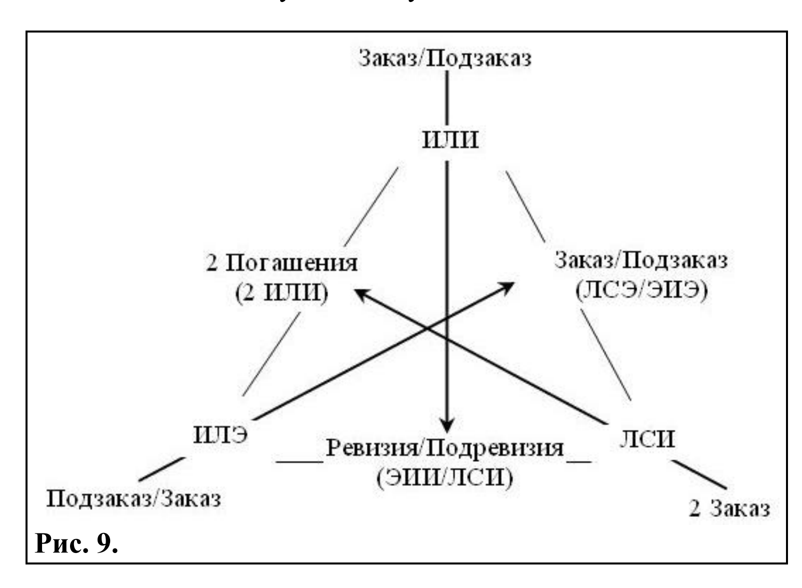


Рис. 9.

При добавлении интуитивно-логического интроверта (ИЛИ) к ревизным диадам, в первую очередь, следует избегать появления дополнительного отношения ревизии. Т. о., этим методом нельзя гармонизировать ревизные диады из кольца ревизии: сенсорно-этический интроверт (СЭИ) -> этико-интуитивный экстраверт (ЭИЭ) -> интуитивно-логический интроверт (ИЛИ) -> логико-сенсорный экстраверт (ЛСЭ).

Например, есть ревизная

диада ИЛИ->ЛСЭ, где ИЛИ ревизирует ЛСЭ. Если к ним добавить еще одного ИЛИ, то, с одной стороны, ЛСЭ будет чувствовать себя заказчиком по отношению к отношению тождества (носитель ИЛЭ) между двумя ИЛИ, но с другой стороны вместо одного ревизора у ЛСЭ их теперь будет два, и, если ИЛЭ (в виде отношений) «виртуален», то два ИЛИ, очень даже реальны и ощутимы, поэтому наиболее вероятно еще большее напряжение обстановки.

С осторожностью надо относиться к попытке гармонизации ревизных диад методом введения интуитивно-логического интроверта (ИЛИ), где присутствует этико-сенсорный экстраверт (ЭСЭ), т. е. это диады: интуитивно-этический интроверт (ИЭИ) -> этико-сенсорный экстраверт (ЭСЭ); этико-сенсорный экстраверт (ЭСЭ) -> сенсорно-логический интроверт (СЛИ), т. к. ИЛИ — конфликтер ЭСЭ, и появляется опасность конфликта[10].

Также с осторожностью следует относиться к подобной попытке гармонизации в диаде сенсорно-этический экстраверт (СЭЭ) -> этико-интуитивный интроверт (ЭИИ), так как ЭИИ, с одной стороны, становится заказчиком по отношению к отношению дополнения (носитель СЭИ), которое возникает между СЭЭ и ИЛИ, а с другой — ЭИИ становится подзаказным по отношению к самому ИЛИ.

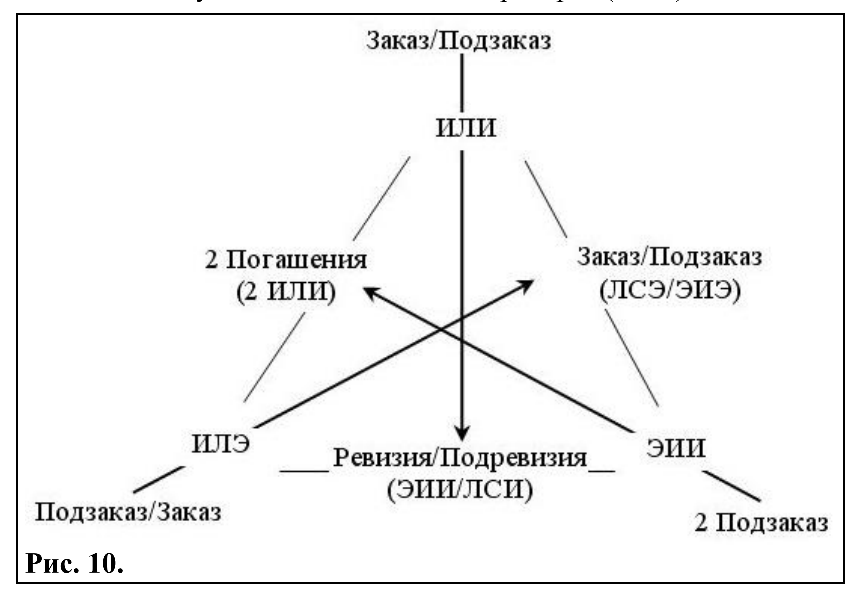


Рис. 10.

Резюмируя изложенное по гармонизации ревизных диад методом добавления к ним ИЛИ, обозначим выводы:

1. Эффективно гармонизировать ревизные диады:
   ИЛЭ — ЛСИ, ЛСИ — СЭЭ, ЭИИ — ИЛЭ, СЛИ — ЛИЭ, ЛИЭ — ИЭИ, ЛИИ — ИЭЭ, ИЭЭ — ЭСИ, ЭСИ — СЛЭ, СЛЭ — ЛИИ;
2. С большой степенью осторожности следует пытаться гармонизировать ревизные диады:
   ИЭИ — ЭСЭ, ЭСЭ — СЛИ, СЭЭ — ЭИИ.
3. Этим методом не следует гармонизировать ревизные диады:
   СЭИ — ЭИЭ, ЭИЭ — ИЛИ, ИЛИ — ЛСЭ, ЛСЭ — СЭИ.

Заключение

В заключение хотелось бы отметить, что расчет отношений в триадах наиболее применим при формировании коллективов, в том числе и трудовых.

Подход к набору персонала под определенную задачу, исходя только из личностных особенностей (образование, опыт работы, достижения и т. п.), следует расширить, вводя компоненту взаимоотношений. Помимо особенностей самих людей необходимо, также, учитывать отношения между ними, ведь именно отношения придают стабильность коллективу, а, следовательно, и всей фирме или компании.

Умение рассчитывать отношения в диадах и триадах позволяют во многих случаях решить проблему повышения производительности труда не методом замены старых сотруд-

[10] Одни соционики относят отношения конфликта их к негативным, в то время как у других они входят в 5 наиболее благоприятных наряду с дополнением, активацией, полудополнением и миражными (см. например, [6]).

ников, в которых угас «пыл работы испытательного срока», на новых, а методом перегруппировок, когда сотрудники активизируются другими способами. Многие проблемы, с которыми сталкиваются на фирмах, можно разрешить методами перегруппировки и перестановки.

Приложение 1

Таблица соответствия интертипных отношений типам (по В. В. Гуленко [8]).

Интертипные отношения	Тип — «носитель отношения»
Тождества	Интуитивно логический экстраверт (ИЛЭ)
Дополнения	Сенсорно этический интроверт (СЭИ)
Активации	Этико сенсорный экстраверт (ЭСЭ)
Зеркальные	Логико интуитивный интроверт (ЛИИ)
Подзаказа	Этико интуитивный экстраверт (ЭИЭ)
Подревизии	Логико сенсорный интроверт (ЛСИ)
Деловые	Сенсорно логический экстраверт (СЛЭ)
Миражные	Интуитивно этический интроверт (ИЭИ)
Супер Эго	Сенсорно этический экстраверт (СЭЭ)
Погашения	Интуитивно логический интроверт (ИЛИ)
Квазитождества	Логико интуитивный экстраверт (ЛИЭ)
Конфликта	Этико сенсорный интроверт (ЭСИ)
Заказа	Логико сенсорный экстраверт (ЛСЭ)
Ревизии	Этико интуитивный интроверт (ЭИИ)
Родственные	Интуитивно этический экстраверт (ИЭЭ)
Полудополнения	Сенсорно логический интроверт (СЛИ)

Литература:

1. *Юнг К. Г.* Психологические типы. — СПб.: «Ювента»; М.: «Прогресс-Универс», 1995.
2. *Аугустинавичюте А.* Комментарий к типологии Юнга и введение в информационный метаболизм. // Соционика, ментология и психология личности. — 1995. — №2.
3. *Аугустинавичюте А.* Соционика: Введение. — М.: «АСТ»; СПб.: «Terra Fantastica», 1998.
4. *Букалов А. В.* Феномен структурирования психоинформационного пространства: иерархия объемов человеческого внимания, памяти и мышления. // Соционика, ментология и психология личности. — 1995. — №2.
5. *Прокофьева Т. Н.* Соционика. Алгебра и геометрия человеческих взаимоотношений. — М.: «Гном-Пресс», 1999.
6. *Седых Р. К.* Информационный психоанализ. Соционика как метапсихология. — М.: НПП «Менатеп-Траст», 1994.
7. *Гуленко В. В.* Менеджмент слаженной команды. Соционика и социоанализ для руководителя. — Новосибирск: «РИПЭЛ», 1995
8. *Гуленко В. В.* Интровертная соционика. // Соционика, ментология и психология личности. — 1996. — №4.
9. *Букалов А. В., Бойко А. Г.* Соционика: тайна человеческих отношений и биоэнергетика. — К.: Редакция газеты «Соборна Україна», 1992.
10. *Шульман Г. А.* Отношения нулевого и высших порядков. // Соционика, ментология и психология личности. — 1997. — №3. — С. 44–49
11. *Шульман Г. А.* Соционика изнутри. Принципы проведения исследований и преподавания на примере соционики Аушры Аугустинавичюте. — М.: Доброе слово: Чёрная белка, 2007. — 216 с.
12. *Шульман Г. А* Что такое «соционика» Аушры Аугустинавичюте, или Расширенное послесловие к книге «Соционика изнутри» // Соционика, ментология и психология личности. — №1. — 2007. — С. 33–43.
13. *Карпенко О. Б.* Структура группы типа «конус». // Соционика, ментология и психология личности. — 1995. — № 2. — С. 36–41.

Статья поступила в редакцию 03.10.2010 г.

УДК 159.923.2

Исаев Ю. В., Прокофьева Т. Н.

ДЕЛОВОЙ СТИЛЬ ОБЩЕНИЯ

В статье проведен теоретический разбор особенностей делового стиля общения в соционическом понимании. Сделана попытка предоставить возможность донести картину мира с точки зрения делового стиля и объяснить, почему мир видится именно так.

Ключевые слова: соционика, стили общения, логика, экстраверсия, малые группы, модель А.

Общение — неотъемлемая часть жизни человека в обществе. Более того, под общением можно понимать не только непосредственную коммуникацию между двумя или более людьми, но и получение информации из окружающего мира и сообщение ему своей реакции. Именно поэтому знание стилей общения дает возможность улучшить как понимание других людей, так и понимание себя самого. В данной статье предложена информация о деловом стиле общения, позволяющая лучше понять четверть населения планеты, которая общается именно в этом стиле.

Для начала освежим в памяти, что такое «деловой стиль общения» в соционическом его понимании. Впервые о стилях общения заговорил В. Гуленко [8]: «Распределение социотипов на *логиков* и *этиков*, пересекаясь с распределением на экстравертов и интровертов, образует четыре группы коммуникабельности».

Четверка стилей общения образуется на пересечении дихотомий *этика-логика* и *экстраверсия-интроверсия*.



Вот как В. Гуленко определил *деловой* стиль общения: «Группа деловых социотипов (*логические экстраверты*), которые контактны в деловом общении и эмоции которых направлены на результат работы» [8].

«*Экстравертные логики*, или *деловые,* — мужской стереотип коммуникабельности. Его можно назвать активное ожидание чувств. *Деловые* социотипы рассчитывают встретить своего избранника или избранницу среди вереницы дел. Стандартному образу настоящего мужчины приписывают активную жизненную позицию, но только не в области чувств. В романтической литературе герой знакомится со своей будущей возлюбленной, выручая ее из беды. Общение эти социотипы понимают как деловое сотрудничество» [8].

Давайте рассмотрим, какие знания о рассматриваемом стиле мы можем получить из полюсов дихотомий, образующих его.

Логика

- Оценка и принятие решений основываются на понимании целесообразности, эффективности, правильности.
- Факты занимают приоритетное место над эмоциями и чувствами.

- Правота суждений логически доказывается и обосновывается.
- Приоритет дела над переживаниями.

Экстраверсия

- Внимание направлено на внешний мир и происходящие в нем события.
- Объекты и свойства объектов имеют бóльшую важность, нежели отношения между ними.
- Восприятие себя как объекта среди объектов.
- Приоритет деятельности (как участия в событиях внешнего мира) над отношениями.

Что мы получаем в результате такого сочетания?

Видение мира как совокупности множества объектов с различными свойствами, взаимодействующих между собой, и осознание себя как одного объекта из этого множества. Жизнь видится бурлящей, интересной когда это множество объектов находится в движении и постоянном взаимодействии. И чтобы ощутить полноту своей жизни и свою значимость в видимом мире, нужно принять участие в этих движениях и взаимодействиях.

При этом оценка самих взаимодействий идет с точки зрения совместно совершенной работы, осуществленных проектов и замыслов, переданных инструкций и технологий. Следовательно, возникает желание участвовать в действиях и работах, совершаемых другими объектами, организовывать собственные дела и подключать к ним других, предлагать варианты действий. Это дает ощущение наполненности жизни.

Также стоит вспомнить, что на пересечении *логики* и *экстраверсии* находится признак *уступчивость*, из дихотомии *уступчивость-упрямство*. Известно следующее.

Уступчивость

- Внимание к потребностям, как своим, так и других людей;
- Готовность идти на уступки и компромиссы, порой без учета ресурсов;
- Ориентир на «круговорот ресурсов» в мире.

Что это нам дает?

Можно сделать вывод, что инициация действий вытекает из потребностей инициатора или его окружения и направлены на их удовлетворение. Также ценность имеют не приобретаемые ресурсы, а действия, совершаемые с помощью этих ресурсов, потребности, которые можно с их помощью удовлетворить. Причем складируемый ресурс воспринимается как простаивающий, не участвующий в происходящих событиях, выпавший из течения жизни.

Как все это отражается на процессе коммуникаций?

В потоке информации *деловой* стиль в первую очередь старается выхватить все то, что касается деловых предложений, технологий действий, методик выполнения тех или иных задач, идеи для будущих проектов, сведения в помощь текущим делам. Соответственно, информация, изобилующая подобного рода содержанием, воспринимается наиболее успешно и высоко ценится, вызывает интерес, ей выделяется приоритет внимания.

Для заведения разговора *деловому* стилю зачастую необходимо наличие повода в виде какого-то делового предложения к человеку, с которым заводится разговор. Отвлечение человека от дел на разговор, не содержащий никакой дельной информации, воспринимается как попытка лишить человека участия в процессах, происходящих в мире.

В качестве иллюстрации к вышесказанному приведем несколько примеров делового стиля общения в художественной литературе.

Бивни черных скал и пещер тупой оскал
Человек среди гор ничтожно мал
Он ползет наверх, он цепляется за снег,
За туман и за воду быстрых рек.

Он до цели доберется,
По своей пройдет стезе,
Он дотронется до солнца,
Сокрушит преграды все.

Он кричит богам: «Я не должен больше вам,
Я смогу все понять и сделать сам!»
Эхо этот крик подхватило в тот же миг,
Унесло и разбило о ледник

Бивни черных скал и пещер тупой оскал
Человек среди гор ничтожно мал
Треснула скала и лавина вниз пошла
И его как песчинку унесла.

А. Елин. «Бивни черных скал»

За то, что ты молчишь, не буду
Тебя любить, мой милый друг,
И, разлюбив тебя, забуду
И никогда не вспомню вдруг.

Молчаньем, злостью иль обманом
Любовный кубок пролился,
И молчаливым талисманом
Его наполнить вновь нельзя.

Произнеси хотя бы слово,
Хотя бы самый краткий звук,
И вмиг любовь зажжется снова
Еще сильней к тебе, мой друг.

Д. Хармс. «Первое послание к Марине»

«— Боюсь, Ватсон, что мне придется ехать, — сказал как-то за завтраком Холмс.

— Ехать? Куда?

— В Дартмур, в Кингс-Пайленд.

Я не удивился. Меня куда больше удивляло, что Холмс до сих пор не принимает участия в расследовании этого из ряда вон выходящего дела, о котором говорила вся Англия. Весь вчерашний день мой приятель ходил по комнате из угла в угол, сдвинув брови и низко опустив голову, то и дело набивая трубку крепчайшим черным табаком и оставаясь абсолютно глухим ко всем моим вопросам и замечаниям. Свежие номера газет, присылаемые нашим почтовым агентом, Холмс бегло просматривал и бросал в угол. И все-таки, несмотря на его молчание, я знал, что занимает его. В настоящее время в центре внимания публики, было только одно, что могло бы дать достаточно пищи его аналитическому уму, — таинственное исчезновение фаворита, который должен был участвовать в скачках на кубок Уэссекса, и трагическое убийство его тренера. И когда Холмс вдруг объявил мне о своем намерении ехать в Кингс-Пайленд, то есть туда, где разыгралась трагедия, то я ничуть не удивился — я ждал этого.

— Я был бы счастлив поехать с вами, если, конечно, не буду помехой, сказал я.

— Мой дорогой Ватсон, вы сослужите мне большую службу, если поедете.

И я уверен, что вы не даром потратите время, ибо случай этот, судя по тому, что уже известно, обещает быть исключительно интересным. Едем сейчас в Паддингтон, мы еще успеем на ближайший поезд. По дороге я расскажу вам подробности. Да, захватите, пожалуйста, ваш превосходный полевой бинокль, он может пригодиться».

А. К. Дойль

«День этот был точным повторением многих предыдущих дней. Путники молча брели по снежной пустыне. Безмолвие нарушал лишь вой преследователей, которые гнались за ними по пятам, не показываясь на глаза. С наступлением темноты, когда погоня, как и следовало ожидать, приблизилась, вой послышался почти рядом; собаки дрожали от страха.

— Ну, безмозглые твари, теперь уж никуда не денетесь, — с довольным видом сказал Билл на очередной стоянке.

Генри оставил стряпню и подошел посмотреть. Его товарищ привязал собак по индейскому способу, к палкам. На шею каждой собаки он надел кожаную петлю, к петле привязал толстую длинную палку — вплотную к шее; другой конец палки был прикреплен ко-

жаным ремнем к вбитому в землю колу. Собаки не могли перегрызть ремень около шеи, а палки мешали им достать зубами привязь у кола.

Генри одобрительно кивнул головой.

Одноухого только таким способом и можно удержать. Ему ничего не стоит перегрызть ремень — все равно что ножом полоснуть. А так к утру все целы будут.

— Ну еще бы! — сказал Билл. — Если хоть одна пропадет, я завтра от кофе откажусь.

— А ведь они знают, что нам нечем их припугнуть, — заметил Генри, укладываясь спать и показывая на мерцающий круг, который окаймлял их стоянку. — Пальнуть бы в них разок-другой — живо бы уважение к нам почувствовали. С каждой ночью все ближе и ближе подбираются. Отведи глаза от огня, вглядись-ка в ту сторону. Ну? Видел вон того?

Оба стали с интересом наблюдать за смутными силуэтами, двигающимися позади костра. Пристально всматриваясь туда, где в темноте сверкала пара глаз, можно было разглядеть очертание зверя. По временам удавалось даже заметить, как эти звери переходят с места на место».

Дж. Лондон. «Белый клык»

Вспомним, какие типы относятся к деловому стилю.

ИЛЭ	
▲	□
└	●
▙	○
△	■

СЛЭ	
●	□
└	▲
▙	△
○	■

ЛИЭ	
■	△
○	▙
●	└
□	▲

ЛСЭ	
■	○
△	▙
▲	└
□	●

Можно заметить следующие интересные факты.

- Среди делового стиля находятся ТИМы, у которых функция, обрабатывающая аспект деловой логики, является сильной четырехмерной сознательной или подсознательной функцией. Из этого следует, что осознанно или подсознательно эти типы отслеживают эффективность, результативность, целесообразность и технологичность действий, дел и проектов.
- Также эти типы связаны между собой Деловыми отношениями, отношениями Квазитождества, Родственными и Заказа. Деловые отношения направлены на решение задач, связанных с работой и деятельностью, Квазитождество и Родственные — задач связанных с самоутверждением, соперничеством и борьбой, Социальный Заказ — задач связанных с принятием решения, передачей социального заказа, ответственностью за исполнение. Все эти виды отношений способствуют бурной деятельности в сфере сильных функций.
- Среди *деловых* ТИМов есть два *Исследователя* (*интуита-логика*) и два *Управленца* (*сенсорика-логика*) [8]. *Исследователи* открывают новые виды деятельности, новые технологии и методы. *Управленцы* внедряют технологии в жизнь, организовывают надежные, четкие процессы.
- При этом оба *Исследователя* мотивируются уникальностью задач, как *экстраверты-интуиты*, а *Управленцы* — престижем и статусом работы, как *экстраверты-сенсорики* [8].

Из всего вышеописанного можно сделать выводы, что ТИМы, относящиеся к *деловому* стилю общения

- хорошо оценивают целесообразность и эффективность дел;
- наполняют свою жизнь взаимодействиями с другими объектами в сфере общих дел и проектов;
- внимательно относятся к информации о деловых предложениях, методиках и технологиях работы;
- с трудом начинают разговор, если нет конкретного делового предложения;
- более внимательны к потребностям других людей, чем к имеющимся в распоряжении ресурсам, готовы оказать помощь делом.

Изложенные выше сведения касательно *делового* стиля общения можно использовать как в общих задачах понимания себя и окружающих людей, так и в конкретных задачах:

- как дополнительный диагностический признак;
- при ведении переговоров и консультаций, как для более точного понимания собеседника, так и для сообщения информации в наиболее понятном ему формате;
- при психологическом консультировании, для глубинного понимания мировоззрения клиента и стоящих перед ним проблем;
- при построении рабочей команды и налаживании связей внутри нее, для понимания подходов к членам команды, относящихся к деловому стилю;
- для наиболее эффективного управления сотрудниками, принадлежащими к группе делового стиля общения, постановки задач в наиболее понятной им форме;
- для гармонизации отношений в семье, построения бесконфликтной коммуникации и обращения за помощью;
- для нахождения подхода к ребенку при воспитательной или преподавательской деятельности.

Литература:

1. *Аугустинавичюте А.* Соционика: Введение. / Сост. Л. Филиппов. — СПб, 1998.
2. *Аугустинавичюте А.* Соционика: Психотипы. Тесты / Сост. Л. Филиппов. — СПб, 1998.
3. *Прокофьева Т. Н.* Соционика. Алгебра и геометрия человеческих взаимоотношений. — М.: «Алмаз», 2005.
4. *Прокофьева Т. Н.* Развитие личности и соционические функции. // Соционика, ментология и психология личности. — 2004. — № 1.
5. *Прокофьева Т. Н.* Соционика. Типы информационного метаболизма. Учебно-практическое пособие. — М., 2005. — 80 с.
6. *Прокофьева Т. Н.* Соционика. Ваш индивидуальный стиль общения. Учебно-практическое пособие. — М., 2004. — 60 с.
7. *Юнг К. Г.* Психологические типы. — СПб.: «Азбука», 1996. — 736 с.
8. *Гуленко В. В.* Менеджмент слаженной команды. Соционика и социоанализ для руководителя. — Новосибирск: «РИПЭЛ», 1995; М.: «Астрель», 2003.

Статья поступила в редакцию 13.12.2010 г.

МЕТОДОЛОГИЯ

УДК 159.923.2

Эглит И. М.

ОСНОВЫ СОЦИОНИЧЕСКОГО САМОНАБЛЮДЕНИЯ

Описана техника соционического самонаблюдения, включая отслеживание мыслей и внутренних реакций, аналитическое самонаблюдение и наблюдение за работой психических функций. Приведены примеры отчетов по самонаблюдению и упражнения по развитию этой техники.

Ключевые слова: соционика, самонаблюдение, мысли, чувства, психическая функция, функция информационного метаболизма, реакция психики.

Эта статья адресована тем, кто желает овладеть техникой отслеживания и анализа своих мыслей и реакций согласно модели ИМ.

Что такое соционическое самонаблюдение?

Соционическое самонаблюдение — это сбор информации о себе путем отслеживания собственного мышления и внутренних реакций, направленный на выявление модели ИМ.

Обратите внимание, мы говорим не о поведенческих актах, вас должно интересовать именно мышление. Ваши действия, привычки, умения вытекают из особенностей вашей обработки информации, но они вторичны по отношению к мышлению.

Что мы будем наблюдать?

Будем наблюдать 2 процесса в нашей психике: **мысли** и **внутренние реакции**.

Под **мыслями** будем понимать слова или образы (зрительные картинки), которые возникают у нас в уме.

Под **внутренними реакциями** мы будем понимать ту эмоциональную (энергетическую) составляющую, внутреннее психическое переживание, которое сопровождает мысль.

В данном случае нам важно различить функцию ЧЭ (▙ — *этика эмоций*) и эмоциональную составляющую, сопровождающую обработку информации любой функции.

Чтобы их различить, давайте представим 8 функций в виде живых существ, каждое из которых реагирует при получении информации. Допустим, первое существо получило кашу и выразило удовольствие, оно испытывает эмоцию удовольствия, а второе существо получило кисель и скривилось, ему не нравится. Если каждое существо — это одна из функций модели, то аналогично, каждая функция не просто получает и обрабатывает информацию, но как-то эмоционально (энергетически) реагирует. Почему я говорю энергетически? Потому что эмоция и есть повышение или понижение энергетики, тонуса, состояния: лучше, приятнее, еще приятнее, совсем здорово! Или — неприятно, больно, страшно, фу, какая гадость!

Но одна из восьми функций (▙, ЧЭ) умеет распознавать эти энергетические состояния у других функций и передавать в наш «компьютер», в некий центр психики сигнал о том, как реагирует функция. Мы получаем информацию об энергетическом состоянии функции, а также в целом об энергетическом состоянии нашего организма. Но кроме этого, эта же функция ЧЭ умеет считывать такие же сигналы от других людей, и мы получаем информацию об их эмоциональном состоянии (ЧЭ).

Можно показать еще на таком примере: когда вы слышите, как работает мотор машины, то можете оценить, «легко» ли он работает, иногда мотор старой маршрутки завывает с натугой, кажется, что вытягивает из последних сил. Если мотор — это функция, то напряжение, с каким она работает, насколько ей легко или тяжело, мы ощущаем в виде энергетических состояний.

МЕТОДОЛОГИЯ

УДК 159.923.2

Эглит И. М.

ОСНОВЫ СОЦИОНИЧЕСКОГО САМОНАБЛЮДЕНИЯ

Описана техника соционического самонаблюдения, включая отслеживание мыслей и внутренних реакций, аналитическое самонаблюдение и наблюдение за работой психических функций. Приведены примеры отчетов по самонаблюдению и упражнения по развитию этой техники.

Ключевые слова: соционика, самонаблюдение, мысли, чувства, психическая функция, функция информационного метаболизма, реакция психики.

Эта статья адресована тем, кто желает овладеть техникой отслеживания и анализа своих мыслей и реакций согласно модели ИМ.

Что такое соционическое самонаблюдение?

Соционическое самонаблюдение — это сбор информации о себе путем отслеживания собственного мышления и внутренних реакций, направленный на выявление модели ИМ.

Обратите внимание, мы говорим не о поведенческих актах, вас должно интересовать именно мышление. Ваши действия, привычки, умения вытекают из особенностей вашей обработки информации, но они вторичны по отношению к мышлению.

Что мы будем наблюдать?

Будем наблюдать 2 процесса в нашей психике: **мысли** и **внутренние реакции**.

Под **мыслями** будем понимать слова или образы (зрительные картинки), которые возникают у нас в уме.

Под **внутренними реакциями** мы будем понимать ту эмоциональную (энергетическую) составляющую, внутреннее психическое переживание, которое сопровождает мысль.

В данном случае нам важно различить функцию ЧЭ (▙ — *этика эмоций*) и эмоциональную составляющую, сопровождающую обработку информации любой функции.

Чтобы их различить, давайте представим 8 функций в виде живых существ, каждое из которых реагирует при получении информации. Допустим, первое существо получило кашу и выразило удовольствие, оно испытывает эмоцию удовольствия, а второе существо получило кисель и скривилось, ему не нравится. Если каждое существо — это одна из функций модели, то аналогично, каждая функция не просто получает и обрабатывает информацию, но как-то эмоционально (энергетически) реагирует. Почему я говорю энергетически? Потому что эмоция и есть повышение или понижение энергетики, тонуса, состояния: лучше, приятнее, еще приятнее, совсем здорово! Или — неприятно, больно, страшно, фу, какая гадость!

Но одна из восьми функций (▙, ЧЭ) умеет распознавать эти энергетические состояния у других функций и передавать в наш «компьютер», в некий центр психики сигнал о том, как реагирует функция. Мы получаем информацию об энергетическом состоянии функции, а также в целом об энергетическом состоянии нашего организма. Но кроме этого, эта же функция ЧЭ умеет считывать такие же сигналы от других людей, и мы получаем информацию об их эмоциональном состоянии (ЧЭ).

Можно показать еще на таком примере: когда вы слышите, как работает мотор машины, то можете оценить, «легко» ли он работает, иногда мотор старой маршрутки завывает с натугой, кажется, что вытягивает из последних сил. Если мотор — это функция, то напряжение, с каким она работает, насколько ей легко или тяжело, мы ощущаем в виде энергетических состояний.

Таким образом, информация об энергетической реакции функции на поступающую информацию является составной частью всей информации по ЧЭ, которую мы получаем.

Теперь вернемся к внутренним реакциям. Если человек знает свою модель ТИМа, знает аспект каждой функции, ее место в модели, то он может отследить не просто свое общее эмоциональное состояние, но отделить реакцию каждой функции.

Но можно пойти и обратным путем: по определенным реакциям функций, которые описаны с достаточной точностью, определить их место в модели.

Итак, у нас есть мысли и есть внутренние реакции функций. Они тесно взаимосвязаны, мысль — результат обработки информации каждой функцией, внутренняя реакция ее сопровождает. Или наоборот, есть внутренняя реакция, а мысль ее сопровождает.

Если мы будем фиксировать свои мысли и их сопровождение и если мы будем знать, что означают внутренние реакции, если они будут иметь смысл с точки зрения модели, то мы сможем сами определить свой ТИМ без описаний характерного поведения типа. Почему нужно уходить от описаний типов? Потому что нужно избавляться от неточных инструментов и развивать в себе более точные. Кроме того, собственное восприятие внутреннего состояния — это то единственное, что вас убедит в ТИМе, в работе модели однозначно.

При оценке собственных реакций мы будем иметь в качестве нормы сравнения модель ТИМа с размерностями функций. То есть внутренние реакции мы соотнесем с определенной размерностью функции, с ее «тальностью» (принадлежностью суперблокам ментал/витал) и со знаком.

Что нужно знать, чтобы наблюдать за собой?

- Деление информации на аспекты
- Понятие о размерностях функций
- Понятие о знаках функций
- Понятие о ментале/витале
- Иметь навыки самонаблюдений.

Первые 4 пункта, соционическую информацию, можно прочитать [1, 2, 3]. О том, как развить навык самонаблюдения, я расскажу в этой статье.

В каких ситуациях нужно наблюдать за собой?

Список наиболее значимых для наблюдения ситуаций:

- *когда поступает новая информация* — выявление ментала/витала и размерности функций,
- *когда вы что-то обдумываете, задумались* — выявление ментала/витала,
- *когда что-то противоречит тому, что вы уже знаете, вашему пониманию* — выявление размерности и знака функций,
- *когда в вас говорит «хочу»* — выявление функций Суперида,
- *когда хвалят* — выявление размерностей функций и Суперида,
- *когда ругают* — выявление размерностей функций,
- *когда получилось* (как вы знаете, что получилось?) — выявление размерностей функций,
- *когда не получилось* (как вы узнали, что не получилось?) — выявление размерностей функций,
- *когда нет новой информации* — выявление суггестии,
- *когда нет желательной информации* — выявление Суперида,
- *как сортируете информацию на хорошо/плохо* — выявление размерностей функций,
- *как сортируете информацию на мое/не мое* — выявление размерностей и тальности функций,
- *когда не успеваете отследить, обдумать реакцию до ее проявления во вне* — выявление витала.

Эти ситуации значимы, потому что в них чаще всего выявляются значимые свойства функций.

Какие внутренние реакции значимы для самонаблюдений?

- удовольствие
- неудовольствие
- безразличие
- подъем
- воодушевление
- стремление удержать, зафиксировать
- стремление сбежать
- отрезание (отделение) от себя
- желание оправдаться
- не хочу этого слышать/знать/видеть/ощущать и т. д.
- очень хочу это слышать/знать/видеть/ощущать и т. д.
- торопливость
- это мое!
- это не мое!
- ожидание подтверждения правильности
- психическое укачивание (мысли расползаются)
- выталкивание
- втягивание
- ощущение внутреннего барьера
- внутри что-то сжимается
- легко/тяжело
- психологическая боль
- страх
- психологический удар
- что-то мешает
- сужение психического пространства
- колебание картинки, как муть, дрожь
- все переворачивается
- схлопывание
- подвисание
- ступор
- состояние, будто уперся в стенку
- пробивание сквозь что-то плотное и вязкое и т. д.

Особенности отбора информации

Очень важно, чтобы при сборе информации вы не отбирали только приятную информацию, не отсекали то, что кажется неважным. Вы можете совершенно незаметно для себя игнорировать информацию, которая явно не «вписывается» в ваш образ себя.

Когда человек начинает себя изучать, у него появляется опасный противник — его собственное «я», которое стремится всеми силами сохранить некое устойчивое представление о себе. Даже если вы приняли твердое решение о том, что хотите узнать о себе «то, что есть на самом деле», все равно нужно помнить, что ваше «я» будет вас обманывать на каждом шагу.

И еще очень важно отбросить прежние концепции. Это мешает самонаблюдениям. Вам важно будет получить истинный опыт самоощущений, а не подменять его своими представлениями о себе. Так, часто люди даже не задумываются, не вслушиваются, не всматриваются, как на самом деле они реагируют, что ощущают, что чувствуют? Они сразу знают готовый ответ, который родом из этих концепций себя. Часто при диагностике ТИМа типировщик выслушивает именно концепции типируемого, но не то, что есть на самом деле. И

это не значит, что типируемый желает обмануть, он сам не догадывается об этом. Если же попросить типируемого вспомнить реальную ситуацию из жизни, то часто оказывается, что либо такой не было, либо не помнит, либо реакция была другой. Внимательный типируемый сам начинает замечать подмену.

Но сейчас наша задача изначально погрузиться в мир самонаблюдений, а не собственных концепций, прошу вас следить за этим. Это значит, что каждый раз, когда возникает вопрос о вашей реакции, вы должны **обратиться внутрь себя и «послушать» ее, а не обратиться к тому, что вы думаете по этому поводу**.

Обязательным условием самонаблюдения является отсутствие критической оценки наблюдаемого. Не нужно себя ни осуждать, ни оправдывать, будьте просто сторонним наблюдателем.

Техника отслеживания мыслей и внутренних реакций

Вам нужно привыкнуть к мысли, что следить за собой придется постоянно, а не время от времени. Конечно, сразу так не получится, начинать нужно с минимума — 20-минутной практики.

Вы сами не замечаете, что ваша психика (ум в терминологии восточных учений[1]) постоянно сканирует информацию из окружающего мира.

Как это происходит? Для того чтобы это узнать, вам нужно научиться наблюдать за каждым движением своего ума, узнать, как он функционирует. Вам кажется, что вы сами что-то думаете. Но если вы последите за своим умом, то поймете, что вы практически не управляете этим процессом.

Иногда получившие задание следить за мыслями удивляются: я ни о чем не думаю. Этот ответ говорит о том, что человек настолько невнимателен к себе, что даже не замечает постоянной деятельности ума, которая не прекращается вообще. Тишины у нас в голове нет. Ни у кого. Пока мы сами не управляем своим умом. Пока мы все думаем, что мы думаем.

Так вот, первая задача — научиться следить за своим умом: сесть, расслабиться и начать наблюдать свои мысли. Просто наблюдать, **ничего не делая с ними, ни останавливая, ни оценивая.** Каждая мысль — флажок «вот мысль» (мыслью считается как словесная фраза, так и образ, и эмоциональная реакция). Периодически вы будете забываться и задумаетесь настолько, что забудете следить за мыслями: как только «очнетесь» и вспомните, зачем вы сели, мягко «возвращаетесь» и продолжаете опять: вот мысль. 20 минут такого сидения и отмечания мыслей покажут вам, что на самом деле делается в вашей голове. Кроме того, вы можете наблюдать за своим вниманием, изучите его. На что похоже внимание, что это такое и как оно перемещается от одной точки к другой? Почему перемещается? Что чаще всего находится в фокусе вашего внимания?

Если вы захотите тишины в голове и попробуете остановить тот поток мыслей, который вы наблюдаете, то, вполне вероятно, вы познакомитесь с тем, насколько «на самом деле» вы управляете этим.

И когда вы таким образом познакомитесь со своим мышлением поближе, когда у вас выработается привычка **иметь наблюдателя** за своим мышлением, тогда вы сможете целенаправленно наблюдать, например, за тем, а по какому аспекту информации происходит ваше мышление (об этом подробнее будет сказано ниже).

А если вы будете более внимательны и настойчивы в своем познании, то еще интереснее наблюдать сам момент зарождения КАЖДОЙ МЫСЛИ. Вот тут вы ближе всего подберетесь к вашему ИМ.

Что вам дадут подобные упражнения? Самое главное — это **умение вовремя заметить свою реакцию**. Мы в жизни настолько автоматичны и настолько невнимательны к себе, что часто ощущаем только что-то из ряда вон выходящее, а обыденные внутренние реакции идут незаметным фоном. Ну а мысли в голове вообще живут своей жизнью. Вам же

[1] Ум в восточных учениях включает не только мышление, но и эмоциональную сферу.

нужно научиться чутко прислушиваться к тонким внутренним чувствам, но на первых порах нужно хотя бы вспоминать, что себя надо «послушать». Регулярные самонаблюдения зародят привычку прислушиваться к себе. И вы станете отмечать плохое настроение не тогда, когда уже сил нет терпеть, а в тот момент, когда только началось это изменение, или вы заметите, что этот человек вам чем-то не нравится не на пятый день знакомства, или почувствуете, что ситуация неопределенности вас нервирует не тогда, когда хочется об стенку головой биться, а в самом начале, в момент зарождения реакции. Очень важно успевать отслеживать изменение своего состояния. Важно обращать внимание на свои мысли и внутренние реакции в течение дня. Вот вы говорите с кем-то, и появляется какая-то слабость, нервозность. Вот тут и нужно мысленно сделать «стоп!» и просканировать себя: откуда это чувство, что именно его вызвало, что мне неприятно, что такое сказал этот человек, почему мне неприятна эта тема или что я ему ответил, каким я себя не принимаю? Конечно, в момент разговора нет возможности заниматься таким самоанализом, но можно зафиксировать этот момент и вернуться к нему позже, когда вы дома одни и есть возможность заняться собой.

А для этого есть еще один вид: **аналитическое самонаблюдение**.

Выберите удобное для вас время и место, где вам никто не помешает, примите любое удобное положение, расслабьтесь, постарайтесь успокоить болтовню в голове. А теперь постарайтесь погрузиться в проблему. Проблема — то, что волнует вас, что не дает покоя.

Погружение означает постановку вопросов и честные ответы на них. Тут вы ни перед кем отчитываться не должны, тут важно раскопать ее причину, корни. Это похоже на погружение шаг за шагом. Например, те же вопросы, которые я назвала выше, могут Вам помочь. Отвечая на вопрос, каждый раз прислушивайтесь к себе, как отзывается ответ внутри вас, верите ли вы ему, нашли ли ответ или пытаетесь увильнуть. **Ищите причину только в себе**, никаких других внешних причин нет. Вам нужно знать, почему именно вы так реагируете и почему именно у вас вот это отзывается болью, гневом, раздражением. Если вы будете сваливать все на дядю/тетю, то ни на шаг не продвинетесь. Если найдете то, что внутри вас имеет те же корни, имеет похожее свойство, то вы почувствуете, что нашли истинную причину. Когда я говорю «имеет те же корни», то подразумеваю тот факт, что нет ничего, цепляющего нас, что не было бы присуще нам самим. Например, если вас задевает то, что кто-то стремится показать себя выше, то в вас тоже есть это стремление. Если вы найдете истинную причину вашей проблемы, то обычно это чувствуется как состояние облегчения, освобождения. Помните, если вас все время отталкивает какое-то направление погружения, именно там ищите проблему, идите туда, где больнее всего. Это не повредит вам, это защитные механизмы срабатывают, но в данном случае они мешают освобождению от негатива. Они как верные псы-церберы стоят на страже места, которое когда-то ударили очень сильно, и вам же больше не хочется туда никого пускать, чтобы не пережить эту боль еще раз. Но эти же псы не знают, что именно вы их хозяин, и не пускают вас туда тоже. Не бойтесь их. Они для вас — сигнал верного направления.

Чем вам поможет с соционической точки зрения аналитическое самонаблюдение? Вы научитесь анализировать и слушать себя. Это самое главное, к чему я вас веду. Потому что только вы сами знаете ответы на все вопросы и только вы сами можете очень точно отследить работу каждой психической функции. Но для такого отслеживания нужно натренировать аппарат отслеживания. Кроме того, только такой глубокий подход покажет, какая из функций на самом деле болит. Социониками-практиками отмечена тенденция: многомерные функции часто прикрывают собой маломерки, то есть вы думаете, что у вас проблема, например, в этике отношений, а на самом деле вы не понимаете сути человека, отсюда вытекает непонимание того, что от него можно ожидать, вы можете бояться предательства, измены, а в результате бояться отношений с этим человеком. И психика делает хитрый ход: вы согласны признать маломерной сильную этику, потому что такое признание не принесет вам дополнительных страданий, а вот признание того, что вы не умеете понимать людей, еще раз ударит по маломерной интуиции. Вы неосознанно стремитесь избегать подобного удара.

Очень часто мы не обращаем внимания на многомерные функции, как не слышим работу хорошо отлаженного механизма. Вот поэтому очень полезно заниматься «раскопками» проблем, именно в таких «раскопках» и выходят наружу истинные причины и видятся ясно маломерные функции, их ограничения.

Хочу предупредить, что самонаблюдения нужно проводить ежедневно хотя бы по 20 минут в день. Одноразовые попытки, скорее всего, мало вам дадут.

Особое обращение к одномерным *белым интуитам* (если вы знаете свой ТИМ). Для вас сидение и ничегонеделание 20 минут может показаться каторгой и очень болезненно воспримется по БИ (△). *Черные логики* могут представить это как полезную деятельность, *черные этики* — как изучение своего внутреннего состояния, *черные сенсорики* как расширение своих границ. Не нужно зацикливаться на реакции БИ, нужно за ней наблюдать так же, как и за любой другой мыслью. Вы сами для себя становитесь объектом изучения. В любом случае негативное отношение к подобной практике ничего не даст.

Нужно отметить, что у разных людей разная психологическая готовность к самонаблюдениям, одним они даются легко, другим нужно определенное время на выработку такого умения. В любом случае такие упражнения пойдут на пользу, вы узнаете о себе много нового. Если вы научитесь хотя бы несколько раз в течение дня обращать внимание на свои мысли и состояния, это уже будет очень хороший результат.

Итак, как использовать умение следить за собой, за своими мыслями и внутренними реакциями?

Во-первых, познакомьтесь с теми внутренними реакциями, которые живут в вас, найдите в себе те, что перечислены выше. Во-вторых, понаблюдайте, с каким аспектом реальности какие реакции и мысли связаны. Например, напряжения и страхи я чаще всего испытываю вот в таких ситуациях. Эти ситуации связаны с аспектом БЭ и т. д. И далее сопоставьте это с моделью ТИМа. Для этого ознакомьтесь подробнее со свойствами функций, с размерностями и знаками, описанными в данной статье и в литературе [2]. Фактически вам нужно найти в себе и прочувствовать работу каждой функции.

Поговорим о наблюдениях подробнее.

Наблюдения за работой функций

Для выполнения наблюдений и упражнений заведите себе дневник, в котором отметьте 8 аспектов реальности:

ЧЛ, работа, деловая логика (■) — информация о свойствах объектов. Что человек делает с объектами? Либо он с их помощью работает, либо работает над ними. Метод, процедура, технология, процесс труда, детали объектов, инструменты, вещи, материал изготовления, способ изготовления, качество, последовательность действий, полезность (для дела, использования), эффективность действий, деятельность в широком смысле, деловая активность и т. д.

БЛ, система, структурная логика (□) — информация о соотношении объектов. Объекты сравниваются друг с другом, находится взаимосвязь. Структура, схема, совокупность, классификация, учет, статистика, порядок, правильность, адекватность, справедливость, иерархия, концепция, причинно-следственные связи и т. д.

ЧС, воля, волевая сенсорика (●) — информация о свойствах пространства. Пространство имеет границы, изменение границ происходит силовым путем, пространство имеет силовые характеристики. Защита, нападение, ограничение пространства, поразить, убить, сила, давление, дать отпор, волевое воздействие, принуждение, дисциплина, стойкость, власть, принуждение, обладание, мобилизация, оборона, силовая агрессия, безопасность, скупость, роскошь, соревновательность, полезность как прибыль, чувство собственности и т. д.

БС, комфорт, сенсорика ощущений (○) — информация о пространственных соотношениях. Удобство — неудобство, комфорт — дискомфорт, уют, гармония, дизайн, красота, ощущение формы, поверхности, тактильные, вкусовые ощущения, запах, цвет и т. д.

ЧЭ, эмоции, этика эмоций (**▙**) — информация об энергетических состояниях. Страсть, радость, грусть, паника, азарт, энтузиазм, драматизм, настроение, депрессия, вдохновение, страх, тревога, печаль, горе и т. д.

БЭ, отношения, этика отношений (⌞) — информация о соотношении состояний. Сравнение состояний людей, изменения собственных состояний по отношению к другому человеку. Добрый, злой, деликатный, вежливый, терпимый, склочный, антипатичный, жестокий приятный/неприятный человек; человек нравится/не нравится, эмоциональная агрессия, ненависть, сострадание, сочувствие, хорошее/плохое отношение, любовь (как отношение) и т. д.

ЧИ, возможности, интуиция возможностей (▲) — информация о свойствах изменений. Возможность, способность, талант, потенциал, идея, суть, смысл, смысловая связь и т. д.

БИ, события, интуиция времени (△) — информация о соотношении изменений. Соотношение возможностей, связанное с изменениями реалий мира, субъективно воспринимается нами как события. Прогнозирование, перспектива, событие, предвидение, сейчас, тогда, настоящее, прошлое, будущее, удача и т. д.

К этому списку вы будете обращаться каждый раз, когда отследите свою реакцию, вам нужно будет отметить аспектное содержание ситуации. Например:

Каждый раз, когда есть необходимость пояснить смысл кому-то, я ощущаю напряжение – тяжелое проталкивание, будто прорываешься сквозь какую-то упругую массу, которая не хочет поддаваться. И нет уверенности, что ты пройдешь ее. Внутреннее ощущение тяжести и какого-то давления на психику до тех пор, пока вдруг неожиданно не получаешь обратную связь о том, что информацию смогла донести, это как вздох облегчения. Но если такой обратной связи нет, так и остается осадок.

Проблема именно в том, что я, кажется, не могу доходчиво, доступно пояснить: то, что для меня очевидно, почему-то люди не понимают.

И еще не хватает терпения, всегда есть порывы, прекратить эту ситуацию. И раздражение на того, до кого не доходит, потому что он видится виновником. Так с себя снимается хоть часть тяжести – это не я, это он такой.

(Аспект ЧИ (▲) — донесение сути, смысла, подчеркнуты отслеженные внутренние реакции, которые указывают на то, что функция ЧИ маломерная*)*

Свойство фиксации

У нашей психики есть наблюдаемое **свойство — стремление зафиксировать**, удержать…

Это свойство корнями уходит в такое образование нашего ума как эго[2]. Это его важнейшая характеристика. Эго удерживает, стремится что-то зафиксировать, сделать неподвижным, отдельным — это выделение себя от остального и фиксирование этого положения отделенности (выделенности). Таким образом, фиксация неразрывно связана с ограничением.

Как это качество фиксирования проявляется в функциях модели ИМ?

Градации идут следующим образом: самые жестко фиксирующие реальность — одномерные функции. У них есть стремление просто остановить все, они боятся изменений, потому что не умеют ориентироваться в изменениях, страшно получать новый непонятный опыт. Чтобы не получать болезненных ударов, они стремятся остановить тот опыт, который их удовлетворяет, замереть в нем: «остановись, мгновение»… Одномерная функция остано-

[2] Имеется в виду не соционическое эго, а то, от которого происходит слово «эгоист», эго как «Я отдельный от других».

вила бы это мгновение навсегда. Конечно в точке получения наибольшего удовлетворения. Например, одномерная ∟$_5$ для себя осознает отношение с каким-то человеком как любовь. Все, теперь это фиксируется как постоянно одинаковое отношение в таком самом лучшем исполнении. Еще пример: если ты с кем-то расстался на долгое время, то отношения как бы зафиксировались в том моменте. И встреча может начаться именно с этого внутреннего ощущения отношения, изменения не предполагаются. А если умом и понимаешь, что что-то может измениться, то такое предположение пугает.

Таким образом, одномерная функция стремится к фиксации опыта, к остановке ощущений его переживания.

Фиксация заключается в том, что человек стремится сохранить неизменным то **внутренне чувство**, с которым он соглашается, — «это мое». Хочу обратить на это особое внимание, потому что тут возможна ошибка иного понимания. За фиксацию можно принять повторяющиеся, привычные реакции витала. Тут нужно четко различить, речь идет **только о внутренней эмоциональной реакции** на поступивший сигнал. В пятой функции она чувствуется как: «Вот это мое! Не хочу, чтобы оно уходило! Хочу, чтобы это состояние длилось и длилось!». И иная фиксация чаще происходит в четвертой функции: «Это не мое! Не хочу, чтобы это было в моей жизни!» Ставится что-то вроде психологического барьера, стены. И такое положение тоже фиксируется, есть стремление оставить это неизменным, только бы из-за этого барьера ничего не проникло внутрь. Отделение себя, выделение себя в мире создает границу, и неизбежно появляются две части: по ту и по эту сторону границы.

Двухмерная функция стремится к фиксации норм, а не самого опыта. Она «столбит правильность». Нормы — более широкое понятие, чем отдельный опыт. Если опыт — это точка, то нормы — это отрезок. И в рамках этих отрезков правильного «от и до» нормативная функция чувствует себя свободно.

Трехмерная функция еще более гибкая. Она как бы столбы норм перетаскивает в каждую ситуацию и смотрит, насколько тут можно расширить границы, насколько допускает данная ситуация раздвинуть нормативные границы.

И самая подвижная — четырехмерная функция. Размерность времени позволяет меняться постоянно. Меняться самому, менять ситуации, менять нормы или не менять, то есть тут выбор уже во все стороны. И человек кажется себе безграничным. И тогда его эго (то самое, о котором мы начали говорить вначале) использует эту ширь в свою пользу: «Глядите, какой Я!», и фиксируется свое величие. Нашему эго (Я) все равно нужно фиксироваться в этом мире и выделять себя из остальной материи, живой и неживой, потому что этот мир является именно таким — двойственным. Двойственность есть разделенность. Материя могла выделиться только с процессом фиксации. И все, что в этом мире появляется или проявляется, всегда двойственно и фиксирует свою отделенность от остального.

Понятно, что чем жестче человек стремится зафиксировать реальность, тем больше он получает ударов, потому что реальность все время меняется. И тот факт, что жизнь не хочет укладываться в фиксированные рамки, воспринимается болезненно, пропорционально зажатию, как если бы вы напрягли мышцы и долго их не расслабляли, — чем больше зажмете, тем больнее.

Нетрудно увидеть следующую закономерность: чем менее мерная функция, тем больше у нее будет болезненных реакций и неприятия реальности, и это создает людям массу проблем [4].

Отсюда понятно, почему всевозможные техники направлены на расслабление этих зажимов, от телесных до психологических. Тут можно вспомнить и восточные учения. Воин мягок и расслаблен, он открыт миру, именно открытие делает его неуязвимым [5].

Давайте познакомимся с некоторыми наблюдениями за свойством фиксации в одномерной функции и сравнением с ощущением в многомерной функции:

ЛСЭ

Если сравнить мое ощущение «это мое» в одномерной функции БЭ и ощущение «это мое» в ЧЛ, то первое я ощущаю как пик, как то, что наконец найдено и больше ни с места.

Второе не имеет такого эмоционального накала-пика, оно как волна, которая чуть поднимается, чуть опускается. Вот сейчас тут, в зоне этого дела, волна проходит. Но это не то, что можно зафиксировать жестко как «мое», волна могла и может вырасти и в другом месте, и они равнозначны.

У меня с этим с детства проблема, ни одно дело не ощущается как «мое», оно просто как жизнь проходит сквозь меня. И отношение к нему, как к реке, в которую ты вошел, она просто есть. Но сказать, что «это мое» не могу. Это мое только сейчас, на какое-то время.

ИЛЭ

Замечала в БС нечто похожее на «это мое». Если чья-то внешность цепляет, то буквально сразу идет такое узнавание: «Да, вот это мое, это очень красиво» (неважно, красиво ли это общепринято). И сложно что-то с этим сделать, пыталась разложить на составляющие, как образуется такой эффект, пришла к выводу, что совокупность всего срабатывает. Столько красивых людей вокруг, а большинство вообще внешне не цепляют, а к тем, с кем такое ощущение, как магнитом тянет. Раньше мне это даже несколько несправедливым казалось.

А вот в области дела (ЧЛ) совсем иначе: я, пожалуй, не могу четко выделить, что считать моим. Возможно, то, чем я занимаюсь на данный момент, в какой-то степени является моей реализацией, точнее, её частью. Но при этом есть то, чем я занималась ранее, и оно тоже было своего рода моим в актуальное для него время. А ещё есть то, чем я не занималась, но к чему у меня есть способности, и то, чем я могла бы заняться гипотетически.

Сложно представить, что существует нечто определенное «мое», что нужно найти и реализовываться. Скорее, я всегда чувствовала свободу в этом, изменчивость. Иногда мне кажется, что я могла бы заниматься практически любым делом, если обстоятельства способствовали этому.

И поэтому я легко в своей жизни меняла направления реализации. Кстати, вот реакция со стороны общества зачастую такая: как ты можешь бросить что-либо, если тебе это дается, если это твое? И сложно объяснить людям, что оно может легко даваться, но при этом внутренне утрачен интерес, актуальность этой реализации на данный момент. А потом может все измениться, и это дело опять станет актуальным для меня, или я увижу возможность раскрыть себя в нем с какой-то другой, интересной для меня стороны.

Получается, что в области дела, интересов нет реакции такой, как: «вот наконец-то я себя нашла». Потому что я всегда себя нахожу в чем-то, и это естественно. Я не думаю о том, что буду заниматься этим делом в ближайшее время, а просто делаю то, что мне интересно на данный момент и в чем я вижу потенциал, возможность дать что-то этому делу. И естественно, что в любое время могут открыться какие-то новые возможности, и легко произойдет переход.

В области интуиции (ЧИ)... Вот часто люди могут назвать некоторые качества, как присущие им, то есть тоже срабатывает этот принцип «мое».

А я поняла, что не могу это сделать, потому что мне кажется, что здесь очень большая погрешность. Нет, безусловно, я могу подобрать характеристики к различным аспектам своей личности в разное время моей жизни, но мне это опять же кажется изменяемым. Потому что, если мы даем одну привязанную характеристику, то этим самым выделяем какую-то одну грань. Но присутствовать могут и другие, даже противоположные. На данный момент это качество проявлено сильнее, но потом ситуация может измениться, и откроется то, что раньше не принималось в расчет, игнорировалось

Я когда-то думала об этом и поняла, что, безусловно, можно выделить какую-то основу личности в меру нашего понимания в этот момент (и опять же то, что в неё включено, зависит от ракурса рассмотрения), но все остальное зыбко и изменяемо. И в той или иной степени практически любое качество может быть проявлено. И поэтому, когда некоторые люди спрашивают о том, какая я, мне непросто ответить. Не потому что я не знаю, а скорее, потому что это сложнее, чем ожидаемая ими характеристика. Я себе в этом плане иногда кажусь песком, из которого могу слепить нечто иное, новое. Когда-то я решила спросить своих знакомых, многие из которых друг друга не знают, о том, какой они меня видят. И я получила совершенно различные характеристики, вплоть до взаимоисключающих качеств.

И я не сомневаюсь в том, что они действительно видели эти качества, и они естественно проявлялись во взаимодействии, без всякой игры.

Мне кажется, что в принципе это применимо к любому человеку, но люди, когда выделяют какие-то свои яркие черты, просто не задумываются о том, что это лишь один из ракурсов рассмотрения, а проявляться может и нечто иное, что просто не замечается человеком в силу определенной специфики

СЭЭ

Есть ощущение, странное по БЛ (возможно, фиксация) — но оно у меня скорее в негативе и проявляется не в каких-то действиях, а в собственном восприятии. «А-а-а, я не понимаю, как все отструктурировать!», примерно так — как будто передо мной стенка, и я вообще то ли не могу, то ли не хочу за нее выйти. Даже если у меня выходит, сознание как будто вытесняет это куда-то, — не знаю и знать не хочу, какая-то такая фиксация. Не всегда, но очень часто бывает так, что я тут не хочу думать, фиксируюсь в том, что «я ничего в этом не понимаю».

И вроде много раз уже удавалось мне много материалов структурировать, но при этом каждый раз ощущение — «а-а-а, я ничего не понимаю».

ЛИИ

В фильме «Секрет» есть такие слова: «Когда я действительно понял, что моя наиглавнейшая цель — чувствовать и ощущать радость и блаженство, тогда я начал делать только то, что приносило мне радость и счастье. Есть такое выражение: «Если это тебе не нравится, не делай этого». Радость, блаженство, счастье, свобода, смех — это то самое. Если ты становишься счастливым, медитируя в течение часа, — конечно, делай это. Если для тебя радость в бутерброде с колбасой — сделай это. Когда я глажу своего кота, я радуюсь. Когда я гуляю по лесу, я радуюсь. Я постоянно хочу находиться в этом состоянии. И когда я делаю это, у меня есть намерение делать, что я хочу. И что я хочу, появляется. Внутреннее счастье — это основа для успеха».

Это невероятно созвучно моему пониманию целей и счастья (вызывает отклик «это оно!»). И именно по этому эмоциональному ощущению и определяется, что это — моё. Неважно, о каком аспекте жизни при этом идёт речь. И мне кажется иногда, что вся моя жизнь — это погоня за этим состоянием праздника, тихой внутренней радости, блаженства, умиротворённости. Не знаю даже, как описать. Есть, похоже, какое-то непередаваемое ощущение, на которое отзывается душа. Что-то такое, кажущееся очень светлым и возвышенным. Состояние полёта. И время от времени случаются моменты, когда это тонкое ощущение удаётся поймать. И это и есть счастье. Воспоминание о таких минутах способно даже спустя годы воскрешать эти чувства, вызывая эмоциональный подъём и придавая сил для творчества.

Фиксация энергетического состояния? Да, есть, конечно, есть!!! Хочется остановить это чувство «полёта», лёгкости жизни, беззаботности, не хочется осознавать, что этот подъём пройдёт, как волна. Но он проходит, приходит вялость, лень, какая-то апатия. И опять непонятно, как вернуться туда, к тому состоянию праздника, который не

удалось задержать. А потом оно может само собой прийти. И опять хочется зафиксировать, удержать… Мечта — чтобы это приподнятое состояние длилось вечно… Именно так, честное слово.

Было замечено, что многомерная плюсовая функция в зоне минуса не компетентна. И свойство фиксации наблюдается у плюсовой функции только в зоне минуса (как в одномерной функции), в то время как зона плюса сохраняет свою гибкость.

ЭИИ

Если расставание с человеком произошло сразу после какой-то размолвки, ссоры, то фиксация происходит, и перед встречей возникает неудобное ощущение, будто ссора произошла вот только что и человек до сих пор на меня обижен.

Если отношения положительные, то нет никакого намека на подобную фиксацию. Есть понимание, что что-то могло измениться, на человека в отъезде могли повлиять сильные впечатления, могла немного отстроиться «синхронность» между двумя людьми (если говорить о достаточно близких отношениях), но, скорее всего, это легко поправимо.

Из свойства фиксации вытекают следующие внутренние ощущения, характерные для маломерных функций и зоны минуса плюсовой функции:

- стремление удержать
- отрезание (отделение) от себя
- не хочу этого слышать/знать/видеть/ощущать и т. д.
- очень хочу это слышать/знать/видеть/ощущать и т. д.
- это мое! / это не мое!
- ощущение внутреннего барьера (вообще желательно этот барьер в себе прощупать и все время следить за тем, как он проявляет себя во всех функциях)
- состояние, будто уперся в стенку
- ощущение пробивания сквозь что-то плотное и вязкое и т. д.

Пример:

Этот барьер помню с детства, и, наверное, его можно охарактеризовать как внутреннюю неуверенность, сомнение в том, а можно ли. Иногда он присутствует фоном, иногда ярко проявляется.

В раннем детстве это проявлялось в том, что если я хотела подружиться с каким-то новым человеком, то мне было сложно это сделать. Я не знала, как это нужно делать, и могу ли я. Помню, что сомневалась в том, следует ли подходить к нему.

И эта неуверенность в проявлении отношения постоянно ощущалась в отношении каких-то действий: например, банальный звонок по телефону вызывал внутренние сомнения, ощущения, похожие на щелчок, последующий осадок, холод где-то на дне, волнение. При знакомстве с новым человеком тоже ощущалось напряжение, учащение пульса, иногда замечала это напряжение в том, как я улыбаюсь. Слова, которые выражают отношение, тоже давались непросто: помню, что в детстве мне было сложно сказать кому-то, что я его люблю. Вообще, когда наступала такая ситуация, было ощущение внутреннего сжатия, комка. Вроде и хочу сказать, а слова не идут. И ещё ощущение какой-то уязвимости. Очень сложно было переступить через это.

Хотя, если человек сам первый переступал через это и говорил мне нечто подобное, то страх отступал, и эти границы, через которые сложно было прыгнуть, как будто уменьшались, исчезали. И тогда я могла выражать свое отношение. Помню фотографии, где я обнимаю некоторых друзей, и очевидно можно увидеть мое отношение.

Потом наступил такой период, когда я осознала, как мне мешают эти барьеры, и решила что-то с ними сделать. Помню, что решила на них «забить» и волевым усилием не разрешать себе сомневаться, а просто делать, и будь что будет. Барьеры не исчезли, но когда возникали эти сомнения, я просто их подавляла и приказывала себе делать. Похоже,

что в то время я сознательно выискивала то, что вызывает страх, остановку, и приказывала себе делать это, нарушать свои же барьеры.

Если я боялась раньше с кем-то общаться, то в этот период начала активно общаться с большим количеством разных людей, если я боялась звонить, то начала звонить первой и т. д. В то же время какие-то социальные нормы поведения могла намеренно нарушить, чтобы проверить эти свои барьеры, и позволяла себе многое из того, что ранее вызывало страх. Возможно, я хотела себе доказать, что этих барьеров нет. Так продолжалось несколько лет, а потом я вдруг осознала, что это бесполезно, никуда барьеры не исчезли, что они по-прежнему присутствуют, как и неуверенность, сомнение в том, можно ли.

Сейчас барьеры ощущаю так: во многих рядовых ситуациях они о себе не напоминают, например, в случае обычной вежливости, привычных знакомств, приветствий. Но если ситуация как-то отличается, то возникает ощущение зыбкости, отсутствия почвы под ногами. И в таких случаях возникает ощущение, что сложно сделать какой-то шаг, несмотря на то, что знаю, что другие могут себе это позволить, и, возможно, это правильно. Например, позвонить какому-то неблизкому, но симпатичному мне человеку и просто поговорить о чем-то или предложить встретиться. Со стороны многих — рядовое действие, а я ощущаю в подобных ситуациях преграду: «а вдруг так нельзя? а вдруг я навязчивая? а вдруг мне откажут?» Хотя иногда заставляю себя выяснять все до конца, думаю примерно так: нет — так нет, лучше жалеть о сделанном, чем так мучаться.

Казалось бы, такая простая фраза «ты мне нравишься», а подчас так сложно её сказать. Опять же ощущение зажима, страха где-то в солнечном сплетении или выше. В ситуациях, когда прихожу к выводу, что нечего терять и все говорю, когда кажется, что переступаю через собственные барьеры, возникает ощущение шага в пустоту и последующего муторного напряженного ожидания, которое иногда заставляет пожалеть, что я это сделала. Результат вызывает какое-то облегчение и ощущение эйфории, что ли.

(БЭ, ∟$_4$ — ощущение барьера, подробно описаны внутренние чувства, пример борьбы с таким барьером)

Любая фиксация действительности отрезает другую часть, которая не подлежит включению в зону «это мое». Эта «отрезанная» часть пугает своей новизной, непонятностью, нестабильностью. Часто мы не замечаем, как отсекаем неприятные нам воспоминания, наши черты, поступки, фразы. Мы можем быстро их забывать, делать вид, что ничего подобного нет и не было. Это очень важная информация для самонаблюдения.

Напомню, что с ограничением в модели связано еще одно свойство функции — знак. Знак плюс ограничивает область компетенции функции. Это нужно учитывать при наблюдении за фиксирующими и ограничивающими проявлениями психики.

Выполните упражнение по наблюдению за фиксацией.

1. Отследите случаи, ситуации, в которых возникает внутреннее ощущение фиксации, описанное выше.
2. Отметьте для себя, по какому аспекту информации ваша психика стремится к фиксации. Особенно отметьте для себя очень жесткие фиксации — признак маломерности или попадания в зону минуса, которой нет у плюсовой функции.
3. Если сможете, различите градации: одномерная или нормативная фиксация.
4. Прислушайтесь к себе, не путаете ли вы фиксацию маломерной функции и привычки Ида.

Пример:

Ощущение «это моё!» легко находится, в общем-то, но не всегда это будет фиксацией, наверное. То, что я писала про одежду и цвета, — вовсе не есть фиксация, тут я скорее просто нахожу для себя привычное, удобное (например, заметила, что в материалах верстки повадилась постоянно использовать только два шрифта, других как будто не су-

ществует для меня, а эти красивые и довольно универсальные). При этом у меня тут нет ощущения фиксации, что вот прямо жестко только так и все.

(БС, ○7 — отличие фиксации в маломерных функциях от привычности блока Ид по внутреннему ощущению — «это не жестко»)

Задание

Вспомните подобные факты «отрезания» части действительности или части себя, своего характера. Отметьте аспект информации, по которому вы стремитесь к избеганию. Попробуйте поработать с такими моментами путем аналитической медитации.

Пронаблюдайте, по каким аспектам у вас возникает ощущение ограничения (не хватает слов, понимания, убедительности, умения, дается с трудом). Отметьте возможные маломерные функции, исходя из определенных аспектов.

Помните о свойстве плюсовой функции — ограничивать зону компетенции. Вам нужно будет отличить ограничения плюса от маломерности. Для этого сравните свои реакции на информацию по одному аспекту информации в зоне плюса и в зоне минуса. Если в зоне плюса функция не проявляет признаков ограничения и фиксации, она — многомерная.

Пример:

Когда кто-то рядом проявляет негативные эмоции, меня это вымораживает. Несмотря на всю свою этику, я подвисаю и совершенно не знаю, как человека успокоить. Замечала это за собой уже неоднократно, раньше как-то не придавала значения, а сейчас задумалась, а почему так — я ведь считаю, что я довольно неплохо умею общаться с людьми и выстраивать взаимоотношения. А вот такие ситуации парят.

Когда подруга, например, вдруг убегает, запирается в комнате и начинает истерить, я даже боюсь туда зайти. Стою и глупо улыбаюсь, хотя понимаю, что надо бы ее успокоить и спросить, в чем вообще дело. С другими людьми тоже неоднократно такое бывало. Первая реакция — «Э-э-э» и глупая, скованная улыбка.

Хотя, когда кому-то плохо (случилось что-то нехорошее в семье, например), я вполне умею проявлять сочувствие. Но это уже другое, одно дело проявить сочувствие, другое — успокоить как-то рыдания. Второго я не умею. Обычно придерживаюсь принципа — «порыдает и успокоится».

Сама негативные эмоции практически не проявляю на людях. «Она идет по жизни смеясь» и «Улыбайся и ты, когда сердце болеет» — это в полной мере про меня и про мою ЧЭ. Хотя бывает, конечно, что и на меня наваливается какой-то негатив и хочется пострадать, но я всячески пытаюсь от этого убежать, так, чтобы этого никто не видел. Тут два пути — могу переключить свое внимание с этих самых эмоций на какой-нибудь фильм/книгу/информацию/общение с людьми, тем самым «забыв» об этих эмоциях. Либо могу (наверное, все же бессознательно) довести эти самые эмоции до грани, разрыдавшись и повопрошав у себя: «Да что же со мной за ерунда творится»... Но об этом вообще никто не знает, тс!

(Аспект ЧЭ (▙), знак плюс, некомпетентность в зоне минуса, сравнение с БЭ (└) показывает многомерность *этики*)

Другие реакции, наблюдаемые в маломерных функциях

Реакции Суперида:

- подъем, воодушевление, желательность, незаметное или заметное затягивание, мания, невозможно перестать думать — в Супериде,
- психическое укачивание (мысли расползаются) в Супериде,
- ожидание оценки в Супериде,
- ожидание подтверждения правильности, связанное с этим напряжение,
- выталкивание — характерно для Суперида и витала в целом, а также при перегрузке маломерных функций.

Примеры:

Мне очень нравится, когда много дел, и я много всего успеваю за день Насыщенность времени. Страшно люблю такое, белка в колесе... Производительность тогда высокая. При этом я постоянно говорю — д-а-а-а, я такое вот люблю!!! И как начинаю строить какие-то планы на поездку куда-то, например, вполне могу насыщать время событиями очень сильно, даже зная уже на опыте, что такой ритм сложно выдерживать долго. Но мне жутко нравится. Да-да-да-да, побольше бы такого ритма! И каждый раз как заново — сначала бегу-бегу-бегу, а потом валюсь с ног. Ощущение наполненности времени событиями. Люблю авралы. Равномерно время использовать не умею практически — постоянно живу в режиме: убиваю время-аврал-убиваю время-аврал-убиваю время-аврал…

(Аспекты БИ (△) и ЧЛ (■) — воодушевление, желательность, «хочу» в Супериде, витальная повторяемость, автоматичность*)*

Чтение логико/интуитивного текста. Ощущение, что необходимо психически пройти какую-то преграду, как сквозь пленку. Для этого возникает очень направленная концентрация внимания и погружение. Ощущение сужающегося луча внимания. Когда погружаешься, то энергии хватает на определенное время достаточно нормального чтения, но через определенное время происходит выталкивание. Это как набрать воздух и плыть под водой. Выталкивание — это как бы помутнение ясности понимания того, что прочитала, иногда приходится перечитывать абзац и тем самым опять себя проталкивать вниз. Надолго все равно не хватает. Заставляю себя, потому что нужно.

(Аспекты ЧИ (▲), БЛ (□) — выталкивание характерно для витала и маломерных функций)

Заметила за своей ЧЛ странную особенность.

Когда я сталкиваюсь с технологией какой-то, которую я более-менее знаю и понимаю, но еще не ощущаю себя в ней полностью уверенно, меня постоянно так и тянет спрашивать у окружающих: «А вот здесь как? А что мне сделать? А как лучше?», очень редко в итоге я получаю информацию больше того, что и так знаю, но эти разговоры меня как будто успокаивают и придают уверенности в действиях.

Причем я часто заранее знаю, что ничего нового не узнаю (т. к. спрашиваю у людей, которые, очень вероятно, что знают в этом вопросе не больше меня), но все равно зачем-то спрашиваю. Как будто мне просто нравится об этом говорить.

(ЧЛ, $■_6$ — ожидание подтверждения правильности)

Пара слов» о себе. Контроль, престиж, вещность — всё это обо мне, точнее о том, чего бы я желал. Возможно, я бы и хотел реагировать иначе и даже пробовал реагировать иначе, но, увы, всё равно меня возвращает обратно. Я просто не могу не контролировать процессы и людей вокруг меня.

Престиж и вещность можно объединить в одну категорию, меня жутко подкупают дорогие и, в общем-то, никчёмные игрушки. Или же сравнительно эксклюзивные вещи, которых мало (или нет вообще в идеале) среди моего окружения. Чувствую от этого себя меркантильным и приземлённым, но что ж поделать, оно всё вот так у меня.

Помню, как зациклились у меня мысли за пару дней до зарплаты по поводу столь желанного коммуникатора. Ни о чём другом думать не мог. Купил, теперь не расстаюсь с ним вообще. Самое интересное, что деньги сами по себе — это не особо-то интересно. Ну бумажки и бумажки. Жил без них всю жизнь и дальше бы прожил. А вот то, что на них можно купить, это уже весьма и весьма интересно!

(ЧС, $●_5$ — зацикливание на суггестирующей информации)

Реакции одномерных (реже двухмерных) функций:

- стремление сбежать
- внутри что-то сжимается
- психологическая боль

- психологический удар
- страх
- паника
- торопливость, стремление быстрее проскочить
- что-то мешает
- сужается пространство
- колебание картинки, как муть, дрожь
- все переворачивается
- схлопывание
- подвисание
- ступор.

Примеры:

…в ситуации, **когда что-то противоречит тому, что ты уже представляешь…**

Буквально вчера такая ситуация была. Её суть заключалась в том, что человек, с которым я прекратила общение навсегда, захотел его возобновить спустя значительное время. Несколько лет назад в одной компании я познакомилась и достаточно близко общалась с девушкой. Потом в этом коллективе произошел конфликт, в котором она тоже участвовала, и я была вынуждена разорвать отношения.

Но обычно, когда разрываю окончательно отношения, то это действительно навсегда, и ни у кого не возникало желания их возобновить.

А это оказалось совершенно новой для меня ситуацией. Она нашла меня «В контакте» и написала, как ни в чем не бывало, спросила о том, как у меня дела, чем я занимаюсь.

Возникло ощущение подвисания, полной растерянности, заторможенности, удивления: как это возможно? Я как-то, по умолчанию, предполагала, что если отношения окончательно разорваны, тем более таким резким, неприятным образом, то не возникнет желания их возобновлять. И больше всего поразило то, что человек ничего не сказал о том эпизоде, на котором мы прекратили общение, а написал, как ни в чем не бывало, как будто ничего и не произошло.

И когда я это увидела, то не могла понять, что я испытываю, кроме ощущения торможения и чего-то вроде «э-э-э...». Такое впечатление, что я выпала куда-то за рамки привычного восприятия и не могу сориентироваться, где я. И в первое время я даже не могла понять, рада я этому или нет и что я чувствую.

Потом, безусловно, начала продумывать варианты, почему она мне написала, и нашла даже несколько вполне разумных, рациональных причин. Потом поняла, что рада случившемуся. Но вот первоначальная реакция, конечно, была полным торможением. Никакого негатива или вспоминания прошлого не было, просто сильное удивление без знака, выход из колеи.

(БЭ, $\llcorner_4$ — реакция одномерной функции в новой неожиданной ситуации)

Вчера прочувствовал интертипные, так сказать, на собственной шкуре. Когда к нашему столику в ПХ подошёл «жук» и начал что-то очень громко говорить, я прямо спиной ощущал исходящий от него негатив (хотя он в действительности «ничего не делал» и никакой угрозы, вроде, не нёс). Хотелось заткнуть уши и куда-то спрятаться. Причём лучше не под стол, а вообще исчезнуть. Ну и возмущение, конечно, страшное по поводу невоспитанности: сидят себе люди, общаются, а это чудо подходит и начинает беседовать с Н… на такой громкости, что мне ничего не слышно. Неужели непонятно, что ты мешаешь? Зачем орать, если тебя и так слышно за километр?

Я, кстати, часто не могу правильно рассчитать громкость. В маршрутках у нас встречаются наклейки «тише скажешь — дальше едешь». Так со мной такое «дальше едешь» происходило уже неоднократно. Хотя встречал людей, которые говорят гораздо тише меня, так что я перестаю разбирать слова (наверное, у них просто слух лучше). В связи с этим, вспомнилось, как я ходил в Крыму альпинистские маршруты в связке с ЭИИ.

Так мы постоянно не могли докричаться друг до друга. Конечно, были и внешние препятствия — рельеф, ветер. Но другие участники группы ведь справлялись. А наша связка была объективно самой тихой.

(ЧС, ●$_4$ — стремление сбежать от поступающей информации по ЧС — давление голосом, громкий голос занимает психологическое пространство)

Браузер Opera-10 устроил мне ежедневное испытание по БИ. Думаю, почему мне так дискомфортно выходить из Opera? А там в обновленной версии выплывает окошко «Работа Opera будет завершена через ...» и начинается 20-секундный обратный отсчет времени. Ё-ё-ё-ё-ё, в голове сразу паника, чего я не успела? И нужно ли мне ее выключать? И может, я что-то не так сделала? Потом вдруг понимаю, что я могу и не выключить, а нажать отмену, но тут же понимаю, что я могу не успеть нажать эту отмену, и тут же хочется ее нажать. Потом вдруг осознаю, что я ПРОСТО выхожу из Оперы. Но сколько успеваю пережить! 20 секунд моей убитой жизни! А разработчики и не догадываются, что в мире живут одномерные БИ-ты.

(БИ, △$_4$ — паника, раздражение на поступающую информацию)

Один из приемов ухода от нежелательной информации — мысленное ускорение времени, «чтобы это быстрее закончилось», что приводит к лихорадочности работы функции. Мышление становится нетерпеливым, поверхностным, очень узким. Его можно сравнить с быстрым пробеганием темного места, когда впереди виден только кусочек света и ничего вокруг видеть не хочется. Реакции ускоряются, появляется торопливость. Мы торопливо делаем, чтобы быстрее сделать, торопливо проявляем отношения, торопливо считаем, в общем, торопливо реагируем по аспекту информации одномерной функции. Это, естественно, чаще всего приводит к ошибкам, и мы получаем противоположное ожиданию: не избавляемся от нежелательной ситуации, а усугубляем ее.

По ЧЛ часто бывает, что стараюсь сделать что-нибудь как можно быстрее, «сделать и забыть». В детстве так с уроками поступала, прибегала после школы и сразу делала все, что задали, чтобы потом уже не делать. С домашними делами — хочется убрать или что-то сделать раз и навсегда. Иногда даже мечтаю, вот бы приготовить еду или убрать, и чтобы уже больше этого не делать вообще. С работой так же, когда до меня дошло, что на работу ходить каждый день до пенсии, — очень расстроилась. Внутри есть желание поработать сразу много-много, а потом не работать. Еще такая штука бывает: мне говорят, сделай то-то и то-то, я кидаюсь делать сразу, и такое желание внутри, чтобы быстрее это закончить. Причем, когда я поступаю именно так, количество ошибок из-за торопливости возрастает в разы, и я одно и то же из-за этого в итоге переделываю по 10 раз.

А с ЧИ так. Когда что-то мне объясняют долго, я сразу начинаю кивать, мол, ага, все поняла, да... Но проходит время, и до меня доходит, что я ниче не поняла, что мне только показалось, что я понимаю. Иду переспрашивать.

(ЧЛ, ■$_4$, ЧИ, ▲$_5$ — торопливость)

Теме страхов в одномерных функциях посвящена отдельная статья [4]. В ней можно ознакомиться со списком страхов, которые наблюдались в одномерных функциях по всем аспектам информации. Выполнение упражнения по записи своих страхов поможет вам выявить одномерные функции модели.

Упражнение «погружение в аспектную среду»

У маломерных функций есть одна особенность, которая может помочь вам распознать их. Соционики говорят, что у этих функций «узкий канал», подразумевая, что функции не в состоянии обработать большое количество (интенсивный поток) информации по аспекту. Наблюдения показывают, что при поступлении большого потока информации по аспектам маломерных функций, особенно если эта информация исходит от многомерной функции собеседника, наблюдается эффект «выталкивания». Вы чувствуете, что не можете удержи-

вать внимание на речи собеседника и «уплываете». Иногда вы даже не замечаете, как происходит такое «выталкивание», вы просто обнаруживаете, что думаете уже о другом. Приходится усилием возвращать свое внимание к предмету разговора, трудно сосредоточиться.

Если информация интересна (суггестирует или активирует), то даже хочется ее слушать, но какая-то неведомая сила раз за разом уводит ваше внимание, вас «укачивает». Если такой массированный поток идет на маломерные функции Суперэго, — это вызывает раздражение, стремление прекратить подобное воздействие.

Примеры реакций людей при чтении текстов, насыщенных информацией по аспекту, обрабатываемому одномерной функцией:

Первый раз не захотелось читать. Второй раз все-таки решила дочитать. Все ясно и понятно, со всем согласна. Но явное ощущение, что в солнечное сплетение кто-то вставил что-то тупое и медленно поворачивает. Боль физическая (я уж не говорю о душевной).

Мне плохо... меня колбасит от этих подробностей... они меня вымучивают, и чувство, что вся я наизнанку, меня последовательность добивает, она вколачивает гвозди мне внутрь, и болит где-то под ложечкой, хочется вопить: избавьте меня от этих подробностей!

Очень-очень трудно читать... Удивительная система координат видения мира.

Дочитать не смогла. Не выдержала этого кошмара. Буквально вопить хотелось, глаза и уши заткнуть.

Знание эффекта перегрузки при погружении в определенную аспектную среду может быть использовано при отслеживании работы модели. Для этого нужно определить аспектную нагрузку тех текстов, которые вызывают описанную выше реакцию. При этом нужно учитывать наполнение функций, то есть уровень знакомства с темой. Техника не проводится на специфических текстах, которые не входят в зону компетенции обычного человека. Например, не нужно использовать сугубо технические тексты, терминология которых незнакома. В подобных случаях вы не сможете различить, что вызывает затруднение: аспектная нагрузка или обычное непонимание некоторых терминов.

Задание

1. Понаблюдайте за своими внутренними реакциями и выявите перечисленные в списке выше. Соотнесите с аспектом информации.
2. Определите аспектное содержание текстов, которые вызывают эффект выталкивания, перегрузки, тяжести восприятия.
3. Можно сделать предположение, что аспекты, по которым происходит выталкивание, не находятся в Эго.

Основной упор в наших наблюдениях мы сделали на маломерные функции. Наблюдать за ними легче, так как чем больше есть различительных признаков у объекта, тем легче его наблюдать. Маломерные функции обладают такими отличительными качествами, которые не наблюдаются в многомерных функциях, за исключением случаев, которые выходят за рамки нормализованной работы психики и даже за рамки соционических искажений наполнения функций. По нашим наблюдениям, если многомерная функция заполнена слабо, она все равно не функционирует как маломерная со всеми признаками, которые описаны выше.

Наблюдения за менталом

Теперь обратимся к **наблюдению за проявлениями ментальности/витальности функций**. Вот тут мы перенесем наше внимание с внутренних реакций на мышление, так как основная отличительная особенность ментала — думание. Обдумывание новых проблем, ситуаций происходит только в ментале. Если задача поступает на функции витала, а готового решения нет, то она переводится в суперблок ментал и решается уже в аспектах

ментальных функций. Ну и очевидно, что лучше всего с задачей обдумывания справляется блок Эго.

Кроме того, наши наблюдения показывают, что человек воспринимает весь мир сквозь призму функций блока Эго. Это значит, что его внимание постоянно сканирует информацию по Эго и все восприятие как бы «подключено» к миру достаточно однобоко. Мы даже не догадываемся, что видят в одной и той же ситуации представители разных ТИМов. Нам кажется, что все видят приблизительно одно и то же, но наблюдения показывают, что это не так. Например, я поймала себя на том, что во время концерта внимательно изучаю фасоны одежды исполнителей, сравниваю, ищу отличия, прикидываю свойства ткани, наблюдаю за тем, насколько обувь подходит, смотрю за перемещением по сцене всяких объектов: папок, штативов для микрофонов. И все это независимо от того, что я прекрасно слышу и наслаждаюсь музыкой. Конечно, если бы меня спросили об этом концерте, я не стала бы рассказывать о папке для нот, которая исчезла неведомым образом, и я долго ломала голову, как это произошло, пока не решила головоломку. Я, как и ожидается, рассказала бы об исполнителях и впечатлении от музыки. Но самонаблюдения позволили мне заметить и иную умственную деятельность во время концерта — самую естественную работу блока Эго ЛСЭ — наблюдение за объектным миром.

Упражнение по отслеживанию своих ментальных процессов (мышления)

Процесс мышления по первой функции можно отследить, выполнив ***упражнение по записи своих мыслей***.

Запись производится в течение достаточно длительного промежутка времени: минимум 2 часа. Если сможете, записывайте дольше. Обстановка должна быть достаточно нейтральная с точки зрения аспектных составляющих поступающей информации. Не стоит выбирать для записи мыслей рабочее время, когда есть перевес определенного аспекта информации. Можно попробовать записывать мысли в выходной день дома, во время прогулки и для контраста — при посещении публичных мест.

Важно записывать ВСЕ возникающие в голове мысли в течение выбранного периода. Для этого у вас постоянно должен быть доступ к носителю: диктофон, компьютер, блокнот с ручкой. Нежелательно запоминать мысли и записывать позже, так как вы их исказите; желательно писать дословно в той форме, в которой они возникли.

При записи важно отмечать, на что вы обратили внимание, О ЧЕМ вы думаете. Не нужно записывать мыслительный мусор, например, «зачесалась пятка». Можно очень кратко описать ситуацию, в которой возникла мысль. После окончания записей за весь промежуток времени, который вы отвели для них, делаются отметки об аспекте информации.

Пример записей СЭЭ:

В прошлую среду ко мне в гости приходили однокурсницы. В принципе, я ожидала 8 человек, даже 2 табуретки от мамы привезла, чтобы мы поместились на кухне, но пришли шестеро.

Мысли:

— Ребенок хлопает стеклянной дверцей, беспокоюсь: разобьет, не мое, надо будет отвечать. Что делать? Запретить неудобно, его мать не реагирует. Терплю. Хлопает слишком сильно и уже долго — запрещаю, облегчение, что решилось без крика.

(Фиксирование по ЧС, есть БЭ.)

— Вижу на ногах однокурсницы свои белые тапки. Как они туда попали? Я убирала их в шкаф. Она лазила в мой шкаф с обувью??!

(Фиксирование по ЧС.)

— Все ушли. Время 9. Радуюсь, что до сна еще 2 часа — могу посмотреть свой сериал, дело сделано.

(БИ — радость, что вечер наполнен событиями, что он вместил уже много (встречу, что неординарно) и еще осталось время на обычное и приятное — компьютер и телек. Хотя, наверное, и ЧС есть — облегчение, что все ушли и моя площадь свободна.)

— Все зашли, садимся за стол. Чувствую раздражение, что должна накрывать на стол сама, и никто не предлагает помощь.

(Фиксируется ЧС — «я сама», «меня используют», есть БЭ.)

— А. принесла конфеты и цветочек в корзинке, говорит, что здесь в первый раз. Вспоминаю, с чем я приходила в ее новую квартиру? Кажется, только к чаю пирожное брала. Неудобно, что ничего тогда не подарила.

(Фиксируется ЧС — «добыча», «ты мне, я тебе», есть и БЭ.)

— Все меня уже видели со всех сторон, а ожидаемой реакции на новую прическу нет. Чувствую разочарование. Ю. спрашивает, какие волосы у меня были в прошлую встречу? Чувствую недоумение от того, насколько люди бывают невнимательными.

(Ожидается отношение и похвала — БЭ, желание быть в центре внимания — ЧС.)

— Балкон, курим с Ю. Говорим о личном. Насколько беседа наедине оживленней и интересней, чем за столом!

(БЭ)

— Муж пришел с работы. Уговариваю его пойти на кухню поесть. Отказывается. Предлагаю принести в комнату. Не хочет. Что с ним? Стесняется? Не могу понять. Убеждаю, что все нормально. Приходит на кухню, ест. Довольна.

(Человек должен занять свое место — ЧС, отмечается его отношение — стесняется — БЭ.)

— Никто не ест сыр. Справедливо ли делить стоимость всех продуктов на всех, если сыр ем только я? Надо было вместо сыра купить больше винограда. Справедливо ли, что мне остается недоеденная половина торта, хотя я платила как все? Да, это мне за разливание чая.

(ЧС)

— Постоянно помню, что Т. сегодня была на операции. Очень интересно, на какой, но не спрашиваю. Неприлично. Говорит Ю., чтобы не трогала ее живот — болит. Так я и думала. Другие начинают расспрашивать. Т. отвечает, что вырезали маленькую лишнюю штучку. Женское? Опухоль? Теперь она здорова?

(Интерес по интуиции, размышления по ЧС.)

— Смотрим фотографии Т. 2 альбома. Мне кажется, или некоторые фотографии повторяются? Почему нельзя было распределить фотографии по-другому?

— Показалось, что в альбомах все идет как бы параллельно, т. е. в обоих есть и юбилей, и последующие посещения всяких мест, и поездка за границу. Но мне это было странно. Подумала, что лучше было бы расположить все в хронологическом порядке. Потом подумала, что, может, тогда в один альбом не влезало?

(В общем, я задумалась о систематизации — БЛ. Т. е. старая система не нравилась, а новую придумать не смогла. Осталось чувство, что что-то не так.)

— Листы альбома украшены всякой ерундой. О, сердце. Из журнала в виде сердца вырезано что-то белое, вязаное крючком. Рассматриваю рисунок, знакомая техника, надо будет запомнить идею, красиво, хочу сама сделать что-нибудь.

(Интерес по ЧИ и ЧЛ.)

Пример записей ЛСЭ:

Мысли с утра (уже проснулся, привел себя в порядок, поставил чайник и взялся записывать). В скобках комментарии, к чему была данная мысль.

— Что они там сверлят? (ЧЛ)

— Чайник скоро закипит. (ЧЛ)

— Хорошо-то как! (потягиваясь). Никуда не надо бежать. (ЧЭ)

— Ходят, блин, за окном (рабочие по навесу ходили).

— Милиция или скорая (сирена где-то). (ЧЛ)

— Пора выключить чайник. (ЧЛ)

— Каркаде в тумбочке или в шкафу? (ЧЛ, сеносрика)

— Задолбали сверлить! (ЧЭ)

— (Песня в голове крутится) «Не знаю, как у вас, у нас всегда кто-то сверлит. Может, взять и скинуться, чтобы они перестали сверлить?»

— Листки не нумерованы, потом запутаюсь (мысли на нескольких листках записывал). (БЛ)

— Чай! (ЧЛ)

— Первый пошел (чай заливаю). (ЧЛ)

— А это что за тетя в халате? (за окном) (ЧЛ)

— О, прикольная музычка. В машине наверно. (ЧЛ)

— Аж интересно, что они там делают? (про рабочих). (ЧЛ)

— Банки бы сдать пора. (ЧЛ)

— Еще покрывало и полотенце стирать. (ЧЛ)

— Каштан вроде болеет чем-то (перед окном растет, с листьями что-то непонятное). (ЧЛ)

— Интересно ему, наверное (человек идет, смотрит под навес (ЧЛ)*, наверно на рабочих).*

— Блин, это сложно, все мысли писать!

— Зарядку сделать, что ли? (сенсорика).

(в процессе зарядки)

— Действует ли карандаш? Вроде не видно, значит, действует (в период нашествия тараканов натер все плинтуса и щели отравой). (ЧЛ)

— Ну и схема. По-любому, можно проще было (взгляд на соседский самодельный усилитель+приемник+проигрыватель дисков в одной коробке, стоит со снятой верхней крышкой). (ЧЛ)

— Тучи затягивают, может, дождь будет.

— Еще в Vault ехать (компьютерный клуб, откуда на выходных могу писать ответы). (ЧЛ)

— Шахматные этюды так и не поискал (взгляд на коробку с шахматами). (ЧЛ)

— Оказывается, мыслей полная голова!

— Чай! (долить воды) (ЧЛ)

— Крышка горячая. (ЧЛ)

— Носки чьи-то. Сосед забыл? (ЧЛ)

— А ноги болят после вчерашнего. Ничего, разработаем. (сенсорика)

— Задолбала эта общага. Домой хочу! (ЧЭ)

— Скупиться сходить еще надо. (ЧЛ)

— Интересно, куда меня запишут? Чудо какое-то получилось — ничего толком не умеет. А я думал, что себя хорошо знаю. А нифига... (ЧИ)

— Леня что-то не приезжает. Ну и не надо. (Человек, которого должны были к нам подселить, но пока так и не приехал).

— Носки надо стирать. Сумку новую купить. (ЧЛ)

— Интересно, «Саквояж» не закрылся? (магазин, где я когда-то сумку покупал). (ЧЛ)

— Телевизор этот на столе ни к селу ни к городу. А убрать некуда. На шкаф? Не выдержит. (ЧЛ и ЧС)

— Блин, забыл, что сломано (хотел поставить ногу на распорку внизу между ножек стула и она вышла из паза — клей уже не держит). (ЧЛ)

— Пора пить чай.

— Стол протереть. (протираю). (ЧЛ)

— Надо бы уборку сегодня. (ЧЛ)

— Скупиться, в Vault съездить. А убирать когда? (ЧЛ)

— Маме надо позвонить. (ЧЛ)

— Блин, выставлю — тараканы из коридора набегут. Да не набегут. (ставлю новый пакет для мусора в комнате сбоку от двери). (ЧЛ)

— Воды набрать. (ЧЛ)

— Блин, я с этим мыслезаписыванием чаю не попью!

— Что там у них грохнулось? (ЧЛ)

— Слева (открывал дверь в коридор и услышал шаги).

— Свиньи. Надо ж так (коридорная система, умывальники общие. Вышел туда, а в умывальнике грязно). (сенсорика)

— (Стою у умывальника, справа заходит человек) Кто? А, Наташа (соседка). (здороваюсь).

— (Соседка ходит за спиной) Белье снимает наверное. (ЧЛ)

(Вернулся в комнату) ...

В приведенных примерах отчетливо наблюдается, как происходит восприятие окружающего мира сквозь призму базовой функции. Внимание человека большую часть времени сфокусировано на этом аспекте информации. Внимание — это то, за чем вы можете наблюдать, чтобы выявить свои ментальные функции. На что направлено ваше внимание бóльшую часть времени?

Еще одно упражнение для выявления ментального мышления. Понаблюдайте за собой, какие мысли приходят вам в голову во время просмотра телепередач на различную тематику, насколько совпадают по аспектному содержанию тема передачи и тема ваших мыслей? Вы совершенно неожиданно для себя можете заметить, что в то время как в передаче идет рассказ о подготовке сада к зиме, вы размышляете о материальном положении героев сюжета или об их внешнем виде, или эмоциональном состоянии, или о причинах явлений. Фактически ваше ментальное мышление пронизывает всю вашу жизнь. Поэтому и нужно уметь «сканировать» свое мышление постоянно, в любых ситуациях. Это покажет объемную картину, сомнения в «случайности» отпадут.

Наблюдение за автоматизмом витала

Витал наблюдается по автоматизму. Если мы следим за нашим мышлением, за тем, как и что мы обдумываем, то так или иначе заметим, что часть информации мы просто не успеваем обдумать. Реакция всегда быстрее. Да и происходит реакция как-то даже незаметно для нас. Если задуматься, вспомнить, то даже и не понятно как, оно само все получается. Иногда даже досада берет: ну, вот хотелось бы вовремя остановиться, подумать, а не лепить с размаху всеми стволами. И ведь можно же подумать и принять более взвешенное решение, но, как всегда, постфактум. Вот-вот, если вы замечаете за собой такие автоматичные реакции или то, что не в состоянии изменить сознательно, это и есть ваш витал.

Очень трудно для меня заметить этот самый «перебор» в ЧЭ. Тут уж действительно обращаю внимание, когда «скулы сводит» или, чаще, когда кто-то скажет. Вот это «чего улыбаешься?» меня гораздо больнее бьёт, чем «чего такой грустный?» Сразу спохватываешься, что — да, неадекват полный, чего лыбиться? Но вот отслеживание этой улыбки у меня на нуле. Могу думать о чём-то своём, улыбаться сам себе, и трудно бывает спохватиться — чего это я? Меня за это ещё в школе дразнили, но я так и не смог себя приучить носить какую-то (какую?) нейтральную мину.

(ЧЭ, ▙$_5$ — витал + маломерность)

Не забудьте о свойстве витала — выталкивание, которое описано выше. Трудно сосредоточиться и думать в витале, невольно происходит перевод управления в ментальный суперблок. Вы и не замечаете, как совершенно естественно начинаете думать в аспектах функций ментала.

Пример такого перевода из диагностики ЛСЭ. Вопрос об иерархии власти (ЧС и БЛ — Ид) был переведен в вопрос эффективности действия (ЧЛ — Эго):

А вообще смысл иерархии власти в том, чтобы сделать действие более эффективным. Так, коллективные действия в общем случае эффективнее индивидуальных, организованные коллективные — эффективнее неорганизованных коллективных. Если действия не становятся эффективнее, то смысл существования данной иерархии сомнителен.

Что вы в результате наблюдений откроете для себя?

Я, конечно, не могу сказать, что каждый из вас сможет узнать о себе в результате описанных выше наблюдений, так как очень многое зависит от ваших способностей, настойчивости, желания, интереса, важности для вас этого занятия. Но в целом подобные наблюдения могут показать вам:

- четкую картину работы каждой функции вплоть до умения «расшифровать» каждую реакцию;
- отсюда вытекает понимание реакции других людей;
- ощущение границ работы каждой функции;
- ясное понимание вашей ограниченности (и других людей тоже);
- ясное понимание вашей автоматичности;
- понимание заданности программы извне;
- зарождение вопроса и поиск ответа на вопрос: что с этим делать? Во всяком случае, что-то делать имеет смысл только тогда, когда вы понимаете, с чем имеете дело, особенно это касается всевозможных тренингов.

Что делать с нестыковками?

Если ваши наблюдения показывают противоречивые результаты с точки зрения модели (противоречивые реакции внутри одной функции или невписывание ни в одну из моделей ТИМа), в таком случае следует сделать вывод о том, что наблюдения ваши искажаются вмешательством вашего «я», вы занимаетесь самообманом. Можно, конечно, сделать вывод о том, что и соционика, и модель — сплошной обман, и все это не работает. Но, когда сделаете подобный вывод, прислушайтесь к себе внимательно.

Отдельное обращение к типировщикам

Наши наблюдения показывают, что изучение работы своей модели на уровне внутренних реакций позволяет типировщику получить фундаментальный опыт работы функций, который становится основой для наблюдений за соответствующими реакциями любой другой модели ТИМа. Без такого опыта многие соционические знания остаются голой теорией, а практика заполняется не реальными фактами, а додумыванием. Неумение отслеживать внутренние реакции порождает в свою очередь новые теории, не подтвержденные практическими наблюдениями.

Удачи вам в поиске себя.

Литература:

1. *Букалов А. В.* Структура и размерность функций информационного метаболизма // Соционика, ментология и психология личности. — 1995. — №2.
2. *Эглит И. М.* Определение соционического типа. Самоучитель от А до Я. — М.: Черная Белка, 2010.
3. *Ермак В. Д.* Классическая соционика. — М.: Черная Белка, 2009.
4. *Эглит И. М., Пятницкий В. В.* Исследование страхов в одномерных функциях // Соционика, ментология и психология личности. — 2009. — №4.
5. *Чогьям Трунгпа.* Шамбала: священный путь воина. — http://modernlib.ru/books/trungpa_chogyam_rinpoche/shambala_svyaschenniy_put_voina/read/.

Статья поступила в редакцию 01.11.2010 г.

ВОПРОСЫ ПСИХОТЕРАПИИ

УДК 159.92

Иванов Д. А.

О ПОЭТАПНОМ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОМ ВОЗДЕЙСТВИИ ПРИ ПОГРАНИЧНОЙ ПСИХОПАТОЛОГИИ

Эффективная резонансная психотерапия больных с различными формами невротических расстройств возможна при целенаправленном воздействии на соответствующие функции типов информационного метаболизма. Рассматривается роль воздействия на суггестивную (5-ю), активационную (6-ю), интеллектуальную (1-ю), творческую (2-ю) и другие функции на разных этапах лечения пограничной психопатологии. Обнаружена зависимость гипнабельности от ТИМа пациента. Применение методов соционики повышает эффективность как индивидуальной, так и групповой психотерапии, что влияет на сокращение сроков лечения.

Ключевые слова: пограничная психопатология, невротические расстройства, соционика, тип информационного метаболизма, психотерапия, функции информационного метаболизма, гипнабельность.

Адекватность и эффективность психотерапевтического воздействия при пограничной психопатологии, особенно при невротических расстройствах, объясняется самой природой и дизадаптационной сущностью этих психогенных расстройств, где личностная ориентированность составляет патогенетическую основу лечения.

Выбор психотерапевтических методов должен осуществляться не желанием врача-психотерапевта, даже с учетом его опыта и клинического уровня, а исходя из личностного склада пациента.

Успех лечения, прежде всего, зависит от совпадения суггестивных приемов с личностными и психофизиологическими особенностями больного. При этом очень важно учесть и то, что внушаемая информация по-разному воспринимается и реализуется в разные периоды болезни. Подчеркивая это мнение, В. Н. Мясищев [5] писал о необходимости индивидуализации, вариации методов психотерапии на разных этапах лечения. Основой психотерапии он считал знание личности, знание ее слабых уязвимых мест и внешних условий, определяющих состояние декомпенсации.

Выявление и оценка соматических эквивалентов невротических расстройств является важным моментом подготовки к системе психотерапевтического лечения. В связи с этим вспоминаются слова известного психотерапевта С. С. Либих [4]: «*Врачи склонны психологизировать невроз, больные — соматизировать его*».

Обследованные нами больные (331 человек) с различными формами невротических расстройств в процессе лечения получали рациональную психотерапию, при этом осуществлялось целенаправленное воздействие на соответствующие функции типов информационного метаболизма (ТИМ).

Все обследуемые были военнослужащими срочной службы, однородными по полу, возрасту, социально-бытовым и трудонагрузочным условиям.

Анализ клинических наблюдений позволил организовать процесс индивидуальной психотерапии с учетом базовых личностных структур поэтапно. В пределах каждого этапа учитывались соответствующие нюансы воздействия на болезненную личность, использовались различные методы. Эти методы, пересекаясь, дополняли друг друга. Продолжительность каждого этапа зависела от характера, тяжести заболевания и эффекта проводимого лечения.

Первый этап заключался в знакомстве и налаживании контакта врача с больным. Пациент-невротик, обратившийся за помощью, обычно с первых минут должен был находиться под активным влиянием врача. В связи с этим целью данного этапа было укрепление

расположения и доверия больного к врачу, в том числе внушение ему уверенности, что врачу под силу данное заболевание.

При этом оказалось целесообразным включение потенциала *пятой* функции (*суггестивной*) в модели психики больного, что способствовало вхождению в более продуктивный терапевтический контакт с больным. На первом этапе было необходимо предоставить пациенту условия пространно выговориться перед врачом, изложив свои жалобы с собственными предположениями о причинах развития заболевания. В большинстве случаев это приносит некоторое облегчение как от самой психологической разгрузки, так и от восприятия повышенного внимания со стороны лечащего врача.

В процессе следующего этапа основное усилие направлялось на успокоение больного, уменьшение невротического напряжения путем обучения его критическому отношению к причинам эмоциональной неустойчивости, страхам, тревоге и т. д.

Допуская, что невротизация возникает преимущественно на основе слабых функций личностного регистра: *третьей* (*адаптационной), четвёртой* (*мобилизационной)* и, нередко, *седьмой* (*контролирующей*), — весьма важно было успокоить, «защитить» больного именно по этим функциям. Подобные манипуляции давали возможность пациенту поверить в собственные силы в процессе лечения, что усиливалось положительной оценкой личности по *шестой* (*активационной*) функции.

Задача **третьего этапа** лечения — доступное разъяснение больному причин и механизмов развития его заболевания. Здесь было весьма важно, чтобы пациент проявлял активность в последовательном осмыслении начала своего заболевания, четко осознав его психогенный характер. Содержание болезни больным лучше осмысливалось при использовании потенциала *первой* (*интеллектуальной*) функции.

Ориентируясь на возможности *первой* (*интеллектуальной*) и *второй* (*творческой*) функций, на данном этапе также представлялось необходимым стремиться отметить и подчеркнуть сильные положительные стороны больного, тем самым далее укрепляя веру больного в понимание врачом его страдания.

На четвертом этапе, рассчитанном на закрепление психотерапевтического воздействия, осуществлялась стабилизация достигнутого успеха путем более глубокого вовлечения больного в процесс самопомощи с использованием аутогенной тренировки как метода «симптоматической психотерапии» [2]. Это достигалось через осмысление больным возможностей личностной самокоррекции. Здесь была целесообразна стимуляция регистра *первой* (*интеллектуальной*) функции.

На пятом, заключительном, этапе, необходимо добиваться стойкой установки больного на полное выздоровление. При этом желательно эксплуатировать возможности *второй* (*творческой*) и, отчасти, *восьмой* (*демонстрационной*) функций модели психики личности (рисунок 1).

В рамках индивидуальной психотерапии в большинстве случаев нами применялась гипнотерапия. По мнению И. В. Стрельчука, гипнотический сон легче вызывается путем воздействия через ту сигнальную систему, которая более тормозима у данного больного. Аналогичная закономерность наблюдалась при лечении наших больных: у лиц с тормозимой первой сигнальной системой невербальные компоненты оказались более действующими факторами в процессе внушения (монотонные, ритмические, световые, звуковые, тепловые и другие раздражители).

Такие типы информационного метаболизма (ТИМы), как СЭЭ и СЭИ, с преимущественно тормозимой второй сигнальной системой, более эффективно поддавались гипнотическому воздействию с помощью чистого словесного внушения. Формула внушения программировалась с учётом характерных потенциалов функций в модели психики исследуемых больных.

Лица с ТИМами ЭСЭ и ЭСИ составляли исключение потому, что, будучи, в основном, также второсигнально тормозимыми, чаще оказывались слабогипнабельными. С другой стороны, такие ТИМы, как ЭИИ и ЭИЭ без явного преобладания той или иной сигнальной системы также обнаруживали вербальный эффект.

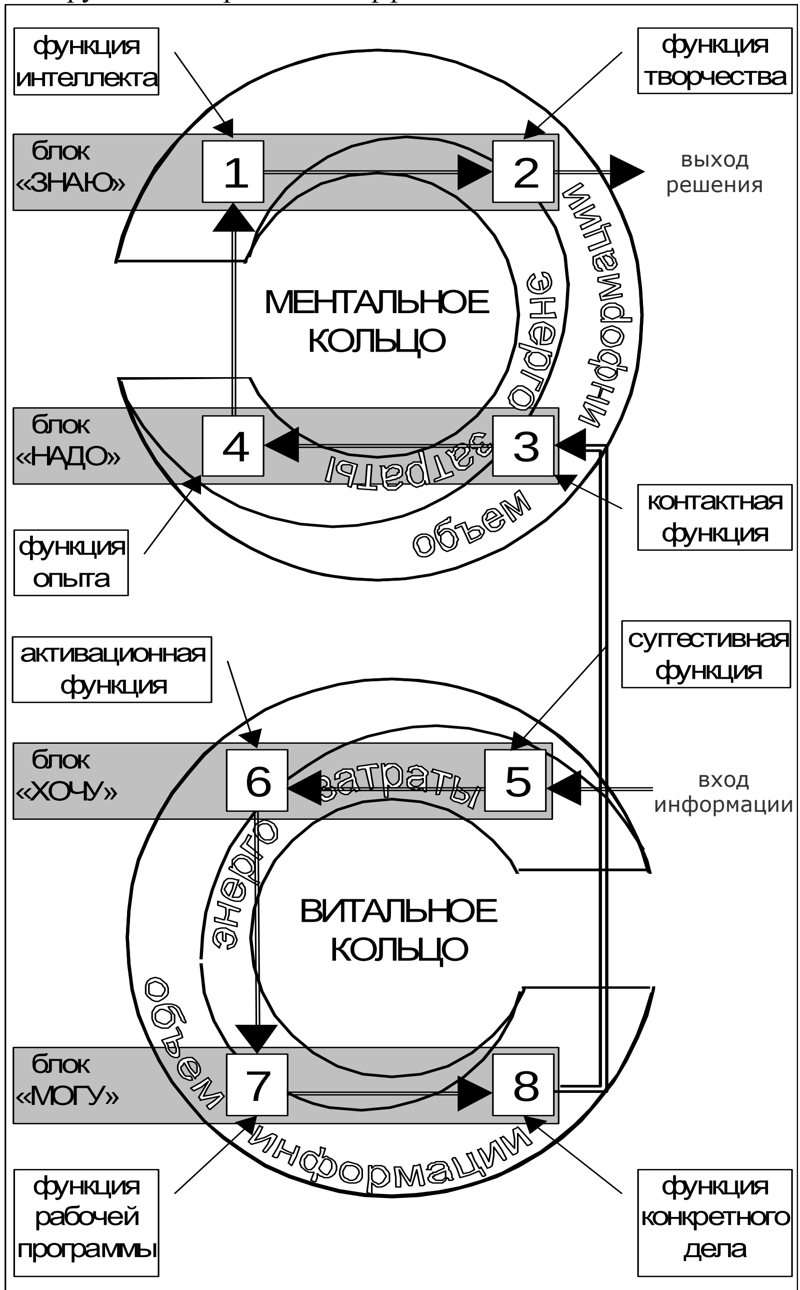


Рис. 1. Схема модели психики человека.

При воздействии на больных с ТИМами ЛИИ и ИЛИ в связи с тормозимостью у них первой сигнальной системы в качестве релаксирующих факторов применялись метроном, блестящий шар, аппарат «электросон», тепловые раздражители в сочетании со словесным внушением (таблица 1).

Полученные данные обрабатывались с помощью статистического метода процентных отношений с использованием критерия t Стъюдента.

Из таблицы видно, что в первой группе (гипнабельные больные) превалировали *интуитивно-этические интроверты* (ИЭИ) — они составили 88,5% (23 чел. из 26 чел.), *эти-*

ко-интуитивные интроверты — 84,8%, 28 чел. из 33 чел. и *этико-интуитивные экстраверты* (ЭИЭ), составившие 77,1%, 27 чел. из 35 чел. (проценты исчислялись от общего числа соответствующих ТИМов). Во второй группе (слабогипнабельные больные) количественное преимущество имели *этико-сенсорные экстраверты* (ЭСЭ) — 92,3%, 24 чел. из 26 чел., *этико-сенсорные интроверты* (ЭСИ) — 87,0%, 20 чел. из 23 чел. и *сенсорно-логические экстраверты* (СЛЭ) — 85,7%, 18 чел. из 21 чел. (проценты исчислялись от общего числа соответствующих ТИМов).

Таблица 1. Распределение больных с невротическими расстройствами по уровню гипнабельности в зависимости от ТИМа.

ТИМ	Количество больных				Оценка значимости различия, p	Всего, n
	гипнабельных (I группа)		слабогипнабельных (II группа)			
	n	%±ошибка	n	%±ошибка		
ИЛЭ	5	3,2±1,4	6	3,4±1,4	>0,05	11
СЭИ	21	13,5±2,7	4	2,3±1,1	<0,001	25
ЭСЭ	2	1,3±0,9	24	13,7±2,6	<0,001	26
ЛИИ	11	7,1±2,0	18	10,3±2,3	>0,05	29
ЭИЭ	27	17,3±3,0	8	4,6±1,6	<0,001	35
ЛСИ	2	1,3±0,9	14	8,0±2,0	<0,01	16
СЛЭ	3	1,9±1,1	18	10,3±2,3	<0,001	21
ИЭИ	23	14,7±2,8	3	1,7±1,0	<0,001	26
СЭЭ	9	5,8±1,9	6	3,4±1,4	>0,05	15
ИЛИ	5	3,2±1,4	7	4,0±1,5	>0,05	12
ЛИЭ	2	1,3±0,9	16	9,1±2,2	<0,01	18
ЭСИ	3	1,9±1,1	20	11,4±2,4	<0,001	23
ЛСЭ	2	1,3±0,9	15	8,6±2,1	<0,01	17
ЭИИ	28	17,9±3,1	5	2,9±1,3	<0,001	33
ИЭЭ	9	5,8±1,9	4	2,3±1,1	>0,05	13
СЛИ	4	2,5±1,2	7	4,0±1,5	>0,05	11
Всего	156	100%	175	100%		331

Таким образом, наиболее поддающимися гипнотерапии оказались личности с ТИМами ИЭИ и ЭИИ (p<0,001), а наименее поддающимися гипнотическому воздействию оказались обладатели ТИМов ЭСЭ и ЭСИ (p<0,001). По этой причине последние в дальнейшем подвергались наркогипнозу.

Возможность доведения до более глубокой степени гипнотического сна (что в принципе для лечения необязательно) обнаружена у большинства таких ТИМов, как ЭИЭ и СЭИ.

Следует также отметить, что так называемый «отцовский» вариант внушения (твердый, императивный) более предпочтительнее для больных-невротиков с ТИМом ЭИЭ, а «материнский» (мягкий, убаюкивающий) — оказался эффективнее в отношении больных с ТИМом ЭИИ.

При необходимости индивидуальная психотерапия в ряде случаев превращалась в коллективную. Н. В. Иванов [3] подчеркивал, что работа больного над собой поддерживается, стимулируется и обогащается влиянием других участников, если оно приобретает для него эмоциональное значение.

При формировании психотерапевтического коллектива мы основывались на теории интертипных отношений А. Аугустинавичюте. Было организовано 24 малые группы, состоящие из 2–3-х человек: с *зеркальными* отношениями — 11 групп, с отношениями *дополнения* — 6, *активации* — 5, *тождественными* — 2.

В исследуемых коллективах в значительной мере отрицательное психогенное влияние накапливалось депривацией эмоционально-положительно заряженного общения. Иначе говоря, люди, лишенные возможностей иметь близких товарищей, значительно тяжелее переносят психотравмирующую ситуацию. Этот феномен подлежит самостоятельному исследованию.

По мнению А. Аугустинавичюте [1], люди, имея определенным образом односторонне развитую психику, для нормального психосоматического развития остро нуждаются в дополнении недостающих сторон личности в виде партнера, который компенсировал бы их слабые функции своими сильными.

По нашим наблюдениям, больные невротическими расстройствами, особенно возникшими на почве психического инфантилизма, временно сгруппированные с терапевтической целью по принципу наиболее оптимальных взаимоотношений, испытывали по-настоящему радость общения.

Каждый друг друга взаимно благоприятно индуцировал и лучше воспринимал и осмысливал вопросы сущности и причины невротических расстройств, значение личностных особенностей в их развитии, роль взаимопомощи в преодолении заболевания. Также больные с удовольствием проявляли совместно тягу к творческим мероприятиям оздоровительного плана. На всём протяжении обследования и лечения эти пациенты активно поддерживали дружеские симпатии.

Психотерапевтическое воздействие на соответствующие функции модели психики на разных этапах лечения больных невротическими расстройствами, психическим инфантилизмом особенно положительно сказывалось на нормализации сна, купировании ощущений тревоги, уменьшении эмоциональной напряженности, оптимизации настроения, после чего больные стали активно интересоваться доступными развлечениями, строить реальные оздоровительные планы на будущее. Всё это совместно с коррекцией некоторых форм поведения, активацией психических ресурсов способствовало улучшению состояния больных, сокращению периода полного восстановления их работоспособности.

Из описанного следует, что учет соционических данных в клинике невротических расстройств дает возможность целенаправленно использовать личностный потенциал больного, рационально индивидуализировать психотерапевтические приемы, умело регулируя их, повысить эффект лечения с ограниченным количеством лекарственных препаратов.

Эффективность использования соционических данных в системе психотерапевтического лечения больных с пограничной психопатологией сказалось и в сокращении сроков лечения.

Литература:

1. *Аугустинавичюте А.* О дуальной природе человека // Соционика, ментология и психология личности. — 1996. — №№ 1-3.
2. *Воробейчик Я. Н., Литвакова Г. И.* Тезисы докладов VII съезда невропатологов и психиатров Украинской ССР. Ч. 2. — Винница, 1984. — С. 45.
3. *Иванов Н. В.* Основные методики коллективной психотерапии неврозов // Вопросы психотерапии. — М., 1958.
4. *Либих С. С.* Психотерапия и психология // Руководство по психотерапии. — Ташкент: Медицина, 1985. — С. 60.
5. *Мясищев В. Н.* Психотерапия как система средств воздействия на психику человека в целях восстановления его здоровья // Психотерапия при нервных и психических заболеваниях. — Л., 1973. — С. 7-20.

РАЗМЫШЛЕНИЯ

УДК 159.9

Мандель Б. Р.

ОЧЕРЕДЬ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ НА КУЛЬТУРНО-ИСТОРИЧЕСКОМ ФОНЕ ЭПОХИ…
(опыт примитивной методики банального исследования)

В статье рассматриваются особенности и своеобразие, история и функционирование феномена советских и постсоветских очередей с точки зрения культурологии и психологии переживания. Автора статьи интересует, прежде всего, внутренний мир и внешние параметры данного явления реальности, его вечность и объективность, интегрированность в бытие.

Ключевые слова: живая очередь, устойчивые сочетания, этимология, социальный институт, дифференциация в сфере потребления, фокальные точки, культурный фокус, дефицит, ментальные детали.

Очередь, очередь, очередь... Слово известное, понятие вечное. Ну, или сейчас, пока, будем считать его вечным. Сейчас — это в XXI веке. Причем повсеместно: любой город (в мире?) может похвастаться очередями. Да-да, любой город мира может представить нам целый «набор» очередей, тех самых, в которых у стоящих в результате довольно длительного и тесного пребывания рядышком возникает особая общность! Помните, в советские времена — особая общность — «советский народ»... Да уж не в очередях ли тогда и возникший?

Разве не особую радость составляло «стояние» в очереди? Это ж общение, духовное, а то и физическое. Куча новостей, сведений, дискуссии на все темы, решение проблем и обмен советами, аргументы и факты... Не надо газет и теленовостей (все равно обманут) — очередь! Скажут про все, припечатают всех, передружатся и перезнакомятся, переженятся и разойдутся, дружно воспитают детей и своих, и чужих, породят новую моду и обсудят родных и близких...

Очереди... Чудо или необходимость? Обязанность или обязательство? Право? Наказание господне?

Попробуем разобраться со словарями и энциклопедиями в руках...

Живая очередь — последовательность людей, ожидающих чего-либо (например, возможности совершить покупку в магазине, предоставления жилой площади и т. д.). Очереди за дефицитными товарами были типичны для советского быта.

Существуют различные виды организации очередей: от фактически стоящей на ногах вереницы людей до последовательности имен, записанной в компьютере.

Также существует «поверие», что в России **очередь** — народная традиция. Особенно ее чтят в государственных учреждениях!

А вот еще красота — для тех, кто понимает...

Очередь — структура данных с дисциплиной доступа к элементам «первый пришел — первый вышел» (FIFO, First In — First Out). Добавление элемента (принято обозначать словом enqueue) возможно лишь в конец очереди, выборка — только из начала очереди (что принято называть dequeue, при этом выбранный элемент из очереди удаляется). Ого!

Очередью также называют несколько патронов, выпущенных за один раз!

Про роман В. Сорокина с интересующим нас названием говорить не будем...

А теперь держитесь!

Морфологические и синтаксические свойства

падеж	ед. ч.	мн. ч.
Им.	о́чередь	о́череди
Р.	о́череди	очереде́й

Д.	о́череди	очередя́м
В.	о́чередь	о́череди
Тв.	о́чередью	очередя́ми
Пр.	о́череди	очередя́х

о́·че-редь

Существительное, неодушевленное, женский род, 3-е склонение (тип склонения 8e по классификации А. Зализняка).

Корень: **-очеред^j-**.

Произношение ['ɔtʃər^{j}ət^j]

Значение:

1. группа людей, стоящих друг за другом в ожидании чего-либо. Стоять в очереди в магазин. Занять очередь за хлебом.
2. Порядок, очередность, место, занимаемое кем-либо в очереди. Я не могу выслушать всех сразу, говорите по очереди. Не спешите, ваша очередь ещё не подошла. Настала моя очередь жаловаться.
3. Этап строительства, проекта. Строительство второй очереди метротрама в Волгограде не вызвало значительных нареканий Ростехнадзора.
4. Ряд выстрелов из (полу)автоматического оружия, следующих непосредственно друг за другом. Воздух прорезала автоматная очередь. Василий тщательно прицелился и выпустил очередь вслед убегающему.

Синонимы:

1. череда, хвост
2. очередность, порядок
3. фаза, этап, период

Антонимы

1. толпа
2. частично: одиночный выстрел, залп

Гиперонимы

1. совокупность, множество
2. последовательность, место
3. часть
4. стрельба
5. существительные: очередник, очерёдность, черёд, череда
6. прилагательные: очередной
7. глаголы: чередоваться, учредить
8. наречия: поочерёдно

Этимология

Происходит от о- + череда, далее от праслав. формы *čerda, от которой в числе прочего произошли: др.-русск. череда «очерёдность, очередь», ст.-слав. чрѣда «стадо» (др.-греч. βουκόλιον, πρόβατον), русск. черед м., диал. че́ред — то же, учреди́ть (заимств. из церк.-слав.), укр. череда́ «стадо, стая», че́ред «очередь», белор. череда́ «стадо, скот», болг. чърда́ «стадо скота», сербохорв. чрије̏да «очередь, ряд, стадо», чакавск. чре̄да̏, вин. п. чре̑ду, словенск. čré̩da, др.-чеш. čřieda, чешск. třída «ряд, серия, класс, чередование, улица», словацк. črieda «стадо», польск. trzoda «стадо, скот», кашубск. střòda — то же, в.-луж. črjóda «куча». Праслав. *čerda родственно др.-прусск. kērdan вин. п. ед. ч. «время» (из «ряд, очередь»), лит. *kerdà «стадо», реконструируемое на основе лит. ker̃džius «пастух»; далее сюда же относятся

др.-инд. çárdhas м., ср. р. «стадо, толпа», авест. sarəđa- «вид, род», готск. haírda «стадо», ирл. crod «скот, богатство», кимр. cordd «группа, толпа» (*kordho-).

Переводы:

- Английский$_{en}$: queue, line
- Испанский$_{es}$: cola *f*, fila *f*
- Немецкий$_{de}$: Schlange *f* =, -n; реже Reihe *f* =, -n
- Нидерландский$_{nl}$: rij *m*
- Украинский$_{uk}$: черга
- Французский$_{fr}$: queue *f*
- Чувашский$_{cv}$: черет

- Английский$_{en}$: turn
- Немецкий$_{de}$: Reihe *f* =, -n
- Нидерландский$_{nl}$: rij *m*, reeks *m*
- Украинский$_{uk}$: черга

- Английский$_{en}$: (construction) phase
- Немецкий$_{de}$: Bauabschnitt *m* -s, -e; реже Baustufe *f* =, -n
- Нидерландский$_{nl}$: bouwfase *f*
- Украинский$_{uk}$: черга

- Английский$_{en}$: salvo
- Немецкий$_{de}$: Salve *f* =, -n
- Французский$_{fr}$: salve *f*

Устойчивые сочетания:

- автоматная очередь
- пулеметная очередь
- трассирующая очередь
- дать очередь
- выпустить очередь
- в первую очередь

Замечательны словари — все расскажут, подскажут, помогут, запутают!
Но классификаций-то они не дают! А можно ль вообще их классифицировать?
Но перечислить попытаемся...
Итак:
— очереди в магазине (касса) — традиционно!

Очередь в кассу. Неважно зачем. Важна закономерность. Она примерно одинаковая у любой очереди.

Например, сочувствует ли очередь тому, кто впереди и у кого возникла заминка с кассиром? Вряд ли. Очередь хочет «достояться», получить/купить свое и безразлично «отвалить». Ей насчет остальных — «по барабану». В такой очереди, как правило, не бывает «классовой солидарности» страждущих, в очереди понимают: чем дольше — и справедливее — будут разборки стоящего у кассы, тем дольше стоять всем остальным и тебе лично. Так было и в советские времена, которые, как нас уверяли, являлись торжеством коллективизма над индивидуализмом, так остается и во времена нынешние, разве что очередей стало намного меньше (или нет...?).

Можно было бы подумать, что, если так и дальше пойдет, наши люди окончательно утратят навыки «культуры очереди», которые при «совке» были ой как сильны, когда люди записывались ночами, вели какие-то списки, когда в очередях вырастали лидеры толпы и ею же умелые манипуляторы — те самые люди, которые, как правило, вели эти пресловутые списки. Это, конечно, можно назвать проявлением первичных элементов «граж-

данского общества». Но более всего это походило на лагерь (является ли лагерная зона первичной ячейкой гражданского общества — хороший вопрос, да?).

И на самом деле — навыки очереди все еще сидят в нас глубоко, на генетическом уровне, в подсознании, просто они проявляются несколько иначе.

В «совковых» очередях наглядно и весьма своеобразно проявлялся и «стокгольмский синдром» понуро и покорно стоящих по отношению к тому, кто на раздаче: чаще всего это было раболепное пресмыкание перед человеком «на кассе», ему старались не перечить, его старались не раздражать, люди порой, казалось, были готовы напрочь забыть о собственном человеческом достоинстве, они стояли как бараны. Изо дня в день. Из года в год. Из пятилетки в пятилетку...

- очереди за дефицитом — особо, потому и выделим отдельно;
- очереди за билетами (куда угодно!);
- очередь в детский сад (место для ребенка);
- очередь на квартиру — ух, где же вы?
- очередь на операцию (не дай Бог!);
- очередь в поликлиниках и больницах (талоны «на кровь», процедуры и пр.);
- очереди в аэропортах (регистрация, досмотр...);
- очереди, sorry, в туалет (особенно, женский и тоже в аэропорту...);
- очереди на мебель (времена советские, где же вы?);
- очереди за продовольственными талонами и товарами по талонам (те же далекие времена);
- очереди в аптеках;
- очереди в кинотеатры (были и такие!) или в очень хорошие театры;
- очередь в мавзолей Ленина!
- очереди в ОВИРах, паспортных столах;
- очереди в сберкассах!
- очереди в социальных службах и отделах защиты населения!
- очереди в службах регистрации квартир;
- очереди в авиакассах и желдоркассах!
- очереди в ЗАГСах (привет брачующимся!);
- очередь в церкви (обряд массового крещения);
- очереди в музеях (помните, семидесятые — путь к «Джоконде»?);
- очереди на маршрутки (о, вечерняя Москва)!
- очереди к кассам по размену монет для метро или для покупки талонов!
- очереди в парикмахерские (бедные дамы по субботам и пятницам);
- очереди в примерочные магазинов (бедные дамы в любой день);
- очередь в школе на уроке физкультуры (например, перед прыжком через «коня» — бедные школьники...);
- очередь к банкоматам (представьте себе, бывает и такое!);
- очередь в Театре Армии во время КВН в зале, когда задают вопросы зрители, и на сцене, когда команды жаждут ответить!
- очередь в лифт в шикарном здании с кучей офисов по утрам (и вечерам!);
- очереди в столовые и кафе (были такие, были, да и сейчас есть);
- очереди в буфеты во время антракта (цирк, театр — далее везде...);
- очереди под названием «автомобильная пробка» (знакомо всем и во всем мире!);
- очереди в винные магазины (особенно в 1985 году, с посвящениями простому партийному функционеру Лигачеву и лауреату Нобелевской премии Горбачеву...);
- очередь под названием «колымский трамвай» (Шаламов, жутко, страшно, печально, трагически, но ... было, а захотевшим узнать подробности путь к классикам «лагерной темы» открыт...);
- очереди за автографами (ага!);
- очереди траурные...;

- очередь — порядок выступления артистов и выхода спортсменов;
- очередь в самолете — парашютисты перед прыжком;
- очередь к батюшке (Папе римскому?) за благословением;
- очередь из будущих Холмсов (автор лично наблюдал в Москве 90-х очередь в некое учреждение, выдававшее лицензии частным детективам!);
- очередь наследования...;
- очереди у банков и бирж (МММ!) — лихие 90-е снова!
- очереди в посольства (грустно смотреть на желающих нас покинуть...);
- «Очередь» — и все же роман В. Сорокина (качество не обсуждаем, книгу не комментируем).

Очереди, очереди, очереди... И нет им числа, и нет им конца!

Однако! Интернет и по поводу очередей высказался, надавав нам кучу советов!

Доделывайте дела!

Оказавшись в очереди, прежде всего, подумайте, есть ли какие-то дела или вопросы, которые вы можете решить прямо сейчас: проработать какой-то документ или сделать звонок (если позволяют условия очереди), спланировать остаток дня и так далее. Если такие дела есть — начните их улаживать, это сэкономит вам время в будущем. Тем более что чтение документов в автомобиле или автобусе вредно для глаз, звонки по мобильному во время ходьбы на 10-20% увеличивают время, которое вы тратите на дорогу, а 10 минут, потраченные на планирование, помогут выиграть 2 часа времени в будущем.

С пользой для тела!

Вы можете выполнить ряд простых физических упражнений, которые будут незаметны для стороннего взгляда, однако помогут улучшить ваше самочувствие и дать организму отдых и дополнительный заряд энергией.

Поморгайте глазами в течение 15-20 секунд — это укрепляет внешние мышцы глаз. Можете просто время от времени закрывать глаза — это дает отдых мозгу. Сделайте вдох и задержите на некоторое время дыхание — при задержке дыхания происходит обновление клеток организма и восстановление энергетических запасов. Выполните самомассаж пальцев — по очереди разомните каждый палец на обеих руках. Японские врачи утверждают, что каждый палец отвечает за определенную систему в организме и, массируя пальцы, мы как бы «разминаем» соответствующие системы. Мужчинам полезно напрягать и расслаблять мышцы ... сами знаете чего — это предотвращает застой крови в органах малого таза.

Тренируем интеллект!

Для того, чтобы наш мозг успешно функционировал, ему, в числе прочего, необходимы регулярные нагрузки. К сожалению, в повседневной деятельности, ставшей по большей части рутинной, мы мало внимания уделяем целенаправленному развитию своего интеллекта, хотя на это достаточно тратить всего лишь 15 минут в день. Эти 15 минут вам как раз может предоставить очередь. Носите с собой сборники кроссвордов, головоломок, тестов и принимайтесь за них, как только у вас оказывается свободный промежуток времени.

Достигайте совершенства!

«Не бойтесь совершенства — вы все равно его никогда не достигнете», — говорил знаменитый Сальвадор Дали. И, в то же время, нет ничего лучше, чем стремиться стать совершеннее, не так ли? Время в очереди, как это ни странно, тоже можно использовать для самосовершенствования. Например, для чтения. Вы можете специально носить с собой книгу, которую будете читать только в очередях. Лучше, если это будет книга небольших рассказов или сборник афоризмов. На тот случай, когда читать не позволяет освещение, пригодятся аудиокниги, которые можно закачать в mp3-плеер или сотовый телефон и просто слушать в наушниках.

Развивайте воображение!

Изучите своих соседей по очереди, обратите внимание на их внешность, жесты, манеру держаться. Попробуйте определить для себя, каков может быть их род занятий. Ощутите себя знаменитым сыщиком, который выстраивает свои логические цепочки на основе деталей. Даже если часть ваших умозаключений окажется ложной, другая часть обязательно будет истинной. Тренируясь таким образом, со временем вы сможете развить в себе умение «читать» людей по внешним признакам.

А вот и еще замечательное:

Хвост очереди воспринимается по-разному в зависимости от того, смотрит ли на него чиновник или потребитель государственной услуги.

Для чиновника очередь — это индикатор значимости его услуги. Для потребителя очередь — это унижение. Из унижения рождается негодование. Не многим проектировщикам зданий государственных учреждений, в которых есть система подачи документов в окна, пришло в голову посадить госслужащего на некоторое возвышение, так, чтобы гражданину, подающему с другой стороны заявку, не приходилось сгибаться в позу униженной покорности.

Человек, стоящий в очереди в госучреждение, — подавлен, унижен, растерян, но также и агрессивен, так как вынужден добиваться искомого. В униженном и агрессивном сердце не рождается доверие!

Очередь — это первобытный механизм распределения ограниченного ресурса. Благодаря этому в очереди человек находится во власти бессознательных механизмов. В очереди человек как ребенок — думает только о себе, он доверчив, озлоблен, испуган. Наивно думать, что очередь — абсолютное зло. Несмотря на раздражение, в очереди человек приобретает и поддерживает необходимые социальные навыки, формируемые необходимостью:

- *запоминать/идентифицировать человека перед собой, за собой (а также первого и последнего в очереди);*
- *правильно размещать собственное тело во избежание образования «двойного» хвоста у очереди;*
- *четко артикулировать собственные «координаты».*

Именно поэтому необходимо осознавать, что тотальное решение проблемы очередей невозможно в силу психологической востребованности этого «социального института».

Вспоминается некрасовское — «Размышления у парадного подъезда»...

В книге Симона Шноля «Герои и злодеи российской науки» в рассказе о художнике Владимире Зотове и ботанике Владимире Дегтяреве читаем:

Жизнь в Калуге, как и во всех других городах центра России, была очень трудной. Нормальное продовольственное снабжение было только в Москве. После «Договора о ненападении» с фашистской Германией на Запад устремились эшелоны с зерном и нефтью. Из магазинов исчезло даже самое необходимое. За хлебом нужно было становиться в очередь с вечера. Всю ночь активисты, рожденные обстоятельствами, проводили перерегистрацию: на руке химическим карандашом писали номер очереди, а если кого при очередной проверке не оказывалось, номер пропадал, а оставшимся писали другим цветом новый, меньший номер. К открытию магазина утром у его входа собиралась раздраженная и агрессивная толпа. В давке вполне могли вытолкнуть из очереди и все. Жаловаться было некому... [3, 90].

Причудливые очереди глав в творениях Хулио Кортасара, Итало Кальвино, Милорада Павича... Причудливые очереди букв и слов в великом джойсовском «Улиссе»...

Да уж!

...Ночь была жаркая. Очередь снова передвинулась, и Хестлеру пришлось вылезать и перекатывать палатку вперед. Два человека впереди! Возбуждение было настолько сильным, что Хестлеру стало казаться, будто он болен. Еще две подвижки, и он будет у окна. Тогда он откроет сундучок и представит бумаги, делая все по порядку, не торопясь. С внезапной болью он вдруг представил, что кто-то ошибся, кто-нибудь из стоящих сзади забыл подписать что-нибудь, забыл проставить нотариальную печать или подпись свидетеля. Но этого не должно случиться. Нет, не может быть. Ведь тогда его могут вышвырнуть из очереди, отобрать место, и ему придется начинать все сначала...

(К. Лаумер. «Очередь») [2, 44-48].

Автор надеется, что известный фантаст описал всем знакомые ощущения...

А как вам рассказ Р. Брэдбери «Улыбка», где люди стоят в очереди, чтобы оплевать картину великого Леонардо?

Очереди... Пережиток советских времен, плавно перекочевывающий в другую эпоху, в другую страну, страны...

Американский антрополог Мелвилл Херсковиц [4, 111] предложил использовать понятие «фокальных точек» (focal points) культуры, или «культурных фокусов» (cultural focuses) — и как это здорово! Не приложить ли (не припечатать ли...) к очереди, советской, постсоветской, какой угодно?

Советскую очередь можно рассматривать как одну из «фокальных точек» «культуры» (хотя, естественно, не единственную). Само слово, понятие, термин «очередь» очень легко связываются с прилагательным «советское». Очередь преследовала человека на всем протяжении существования великого СССР.

Советская экономика, как специально (а, может, и правда?), работала так, что непрерывное создание дефицита в сфере производства дублировалось непрерывным воспроизведением (gradus gravis) очередей в сфере распределения. Стояние в очередях было на протяжении нескольких поколений само собой разумеющейся обязательной (как воинская повинность и прочие красоты) частью повседневного существования. Эта деятельность была и приложением ко всей жизни, и основой ее распорядка, ритма, самого, кажется, дыхания!

В некоторые моменты бытия нашего стояние в очередях конкурировало с работой, а по степени и мере вкладывания эмоций и чувств, оно побеждало, опережало, ибо стояние в очередях естественным образом сказывалось на удовлетворении потребностей людей, в том числе основных, главных, — в пище и, стало быть, затрагивало основы жизни, биологические и экзистенциальные. Стоять или не стоять в очередях не было вопросом Гамлета. Жизнь в очередях была «судьбой»!

А раз уж речь заходит о таких вещах, как «судьба», «удел», «рок», мы получаем и нечто вроде религии. Поэтому неудивительно, что на очередь и были направлены такие метафизические понятия, как «справедливость» и «равенство», а тема очередей стала центром, вокруг которого строились специфически советские мифологии (прежде всего, «колбасы» и «спецраспределителей»).

Регулярность и продолжительность участия в очередях на протяжении нескольких поколений привела к тому, что очередь, по сути, институциализировалась, наполнилась устойчивыми правилами и нормами, в том числе устойчивыми правилами нарушения и обхода правил. Они усваивались советскими людьми с самого детства как часть оснащения, необходимого для выживания и успешного функционирования в той социальной среде, — усваивались как нечто непроблематичное, само собой разумеющееся, неизбежное.

Участие в очередях обросло многочисленными мелкими ментальными и поведенческими деталями, имевшими нерефлексивный характер, такими деталями, которые вышеупомянутый Херсковиц обозначил как «неуловимость». В советских очередях сложилась и своя «внутренняя лексика», скрытая за изменчивыми внешними проявлениями, а хорошо социализированный советский человек владел этой «лексикой» без осознания, подобно тому, как владение родным языком — это такое знание его грамматической структуры, в котором са-

ма эта структура не сознается. Можно сказать так: в сердцевине советской культуры располагалась очередь как организующий компонент.

Реально, очередь — это целостный культурный комплекс, имеющий множество разных граней, аспектов и пр. В экономическом плане это элемент системы распределения, механизм упорядочения доступа к благам (товарам и услугам) в таких условиях, когда возникают множественные притязания на них и особенно когда не все эти притязания могут быть удовлетворены! Отсюда — очередь это еще и механизм, определяющий социальные дифференциации в сфере потребления.

Итак, очереди в магазинах (были, как мы сказали выше, и другие очереди). Но это! Образец, классика! Это регулярные коллективные сборища, со всеми особенностями, в том числе и культурными, присущими такого рода сборищам. Благодаря регулярному воспроизведению этих собраний людей в условиях «единства места, времени и, конечно же, действия!» они оформились в устойчивые конфигурации мыслей, взаимных чувств и взаимного поведения. Устойчивость этой конфигурации — свидетельство кристаллизации набора правил или обобщенного культурного паттерна.

Поскольку мы имеем в виду паттерн, организующий отношения с другими (*другими вообще*, поскольку в очередях наличествовала высокая степень анонимности), человек, в той мере, в какой он подчинялся социальному прессингу, воспроизводил в отношениях с другими тот образец, который регулярно являл себя в очереди, в частности, отношение к другому как к конкуренту, реально угрожающему удовлетворению его потребностей, в том числе в пище, одежде, обуви и тому подобном. Стоя в очередях, человек формировал и ежедневно проверял свои воззрения на то, что представляют собой другие, чего от них следует ожидать и как разумно с ними обращаться, чтобы не остаться «за бортом». Формула «человек человеку друг, товарищ и брат» не выдерживала проверки очередью, ибо как тут назвать другом, товарищем и тем более братом того, кто купил хлеб, молоко, килограмм апельсинов или ботинки, кримплен или томик детективных повестей, в то время как ты, простояв в очереди четыре с лишним часа, ушел ни с чем, в результате чего твоя семья осталась на сегодня без продуктов, на Новый год без апельсинов, а ты продолжаешь, и еще неизвестно, сколько будешь продолжать ходить в обуви, которая промокает и уже практически не подлежит ремонту. Советская очередь была «местом», где зачастую ставилось под вопрос удовлетворение таких элементарных потребностей. Соответственно этому очередь еще была и состоявшейся эмоциональной единицей...

Одним словом, как ни крути, очередь была и есть некой структурной единицей, особенностью, комплексом, необходимостью осознанной и навязанной и, главное (так и хочется тавтологии — в свою очередь!), жуткой силищей, влияющей как на сознание в целом, так и на его «составляющие», на нравственность и культуру, физическое и психическое состояние, память и т. д. Все что нужно для воспитания и самоусовершенствования, знания и навыки, приемы и образцы — очередь давала и дает, кстати, часто ничего не прося взамен... кроме как личного в ней участия.

Может, уж и не важно, за чем стоять — лишь бы стоять!?

А не вспомнить ли нам, кстати, шедевр П. Брейгеля «Слепые» (1568). Конечно, вполне известно, что это иллюстрация к известной библейской притче о слепцах: «*Оставьте их, они — слепые вожди слепых; а если слепой ведет слепого, то оба упадут в яму*» (Матф., XV, 14). Во времена Брейгеля эту притчу традиционно включали в антологии назидательных историй, поэтому нет ничего удивительного в том, что художник интерпретирует ее в стиле нидерландских пословиц. Можно услышать в этом произведении и отзвук современных событий — творчество Брейгеля, вообще, необыкновенно актуально, и в этой актуальности неожиданно приобретает вневременное значение.

А если глянуть на них с точки зрения нашей работы: друг за другом..., в очередь... они идут в яму, в бездну, в никуда...

Очереди в никуда...

У очереди, вероятно, как у нелепого (или лепого?) сериала, есть экспозиция и завязка, кульминация и развязка. Думайте — если пройти все фазы развития сюжета, можно выйти из очереди другим человеком! Но выйти из очереди трудно: незавершенные сюжеты тревожат подкорку и оборачиваются головными болями. А спина и шея? Хороший тренинг для спинного мозга, интуиции и несгибаемости. Не нужно ходить на групповые тренинги: проявись в очереди хоть как-нибудь, *выпендрись*, высунься, и ты узнаешь, что о тебе думают эти искренние и уставшие люди!

Очередь — это ритуал посвящения в тайны города (или деревни, или этого гипермаркета, стадиона и пр.). Кто не стоит в очередях, у того развивается невроз неопределенности. Нормальный человек должен знать, как и чем дышат окружающие его люди! Без очереди можно совсем одичать. Без очереди можно забыть, с каким добрым, вежливым и терпеливым человеком ты живешь под одной крышей!

Да, очереди не исчезнут никогда — что другое, а очередь... Та самая, в большом городе, как секс — спасение от одиночества. И как способ поддержки коллективной идентичности все этого же большого города. И как место, где можно прочувствовать тепло и уверенность. И, может, даже сообщить миру, что ты еще жив и чего-то хочешь!

А теперь о банальном: самые медлительные кассиры обитают в России — среднее время, затрачиваемое на обслуживание одного покупателя в нашей стране близко к трем минутам, что является худшим показателем на европейском континенте! Таковы результаты исследования (проведенного Международной ассоциацией провайдеров Mystery Shopping — MSPA) европейских очередей. В номинации «Самые медленные очереди» с нами конкурировали Румыния, Венгрия и Турция, но никто из них не смог приблизиться к нашему результату: очередь из 3–4-х человек обслуживается за 10 минут и 15 секунд!

Скорость обслуживания в очереди		
№	Страна	Скорость обслуживания одного человека в мин.
1	Ирландия	0.87
2	Швеция	0.92
3	Португалия	0.99
4	Дания	1.03
5	Латвия	1.10
6	Австрия	1.11
7	Великобритания	1.16
8	Эстония	1.19
9	Финляндия	1.25
10	Нидерланды	1.43

Среднестатистический европеец тратит на очередь из 3–4-х человек чуть больше 5-ти минут.

Самые длинные очереди выстраиваются в Германии, Италии и Греции (4–5 человек). А самые короткие в Эстонии, Бельгии и Нидерландах, где в кассу редко стоит более 2-х человек.

Наша страна находится в середине списка (13-е место), однако за счет низкой скорости обслуживания провести максимальное количество времени в ожидании внимания кассира можно именно в России.

Впрочем, согласно результатам исследования возмущаться практически бесполезно. Отечественная реальность такова, что только в 8-ми очередях из 91-й администрация предприняла какие-то действия для сокращения времени ожидания. Самым распространенным методом решения проблемы было открытие дополнительных касс. Следует заметить, что несмотря на напряженный график работ и зачастую нервную обстановку, кассиры обычно находят в себе силы улыбнуться очередному посетителю и поздороваться с ним. Но и тут сказывается российская специфика. Так, лишь в половине случаев российские потребители

слышали слова приветствия, тогда как в Европе этот показатель приближается к 80%. Меньше трети отечественных кассиров имеют привычку улыбаться покупателю, правда, и в Европе таких чуть больше половины. Только один российский кассир извинился за задержку в очереди, равняясь на более приветливых европейских коллег, 9% которых извиняются в подобных случаях перед потребителями...

Вот такая вот статистика, вот такие вот исследования...

Ну, что ж, подошла *очередь* финала — напомним слова Юрия Дружникова из знаменитого рассказа «Я родился в очереди» (1978):

Так уж получилось, что я действительно родился ***в очереди.***

Мою мать привезли в родильный дом у Яузских ворот в Москве, который сохранился по сию пору. Мать стояла в длинной очереди к регистраторше. Схватки начались еще дома, и причиной этих схваток было мое непреодолимое желание появиться на свет. К несчастью, мать забыла захватить паспорт, и отец что было сил помчался за ним обратно домой. И хотя отец чуть не стал чемпионом в беге на длинную дистанцию, к тому времени, когда он вернулся, я уже родился. С тех пор ***очередь*** *стала неотъемлемой частью моего существования. Или, точнее, я стал частью огромного живого организма, который называется* ***очередью****. Ежедневно я стоял в* ***очередях*** *за хлебом, за стаканом воды, чтобы купить рубашку или ботинки, за учебниками и тетрадями, за паспортом и военным билетом, чтобы подать документы в институт, чтобы взять книгу в библиотеке, залечить зуб, жениться, развестись. Мальчишкой я узнал об* ***очередях*** *на арест. Мужчины и женщины укладывали в чемоданчики нижнее белье, сухари и проводили ночи без сна, ожидая, когда за ними придут. Тогда наступал черед другой* ***очереди*** *— на расследование их дела. После суда —* ***очередь*** *на отправку в пересылку, а там* ***очередь*** *в лагерь. В лагере тоже свои* ***очереди:*** *за нарядом на работу, за пайкой хлеба, за кружкой воды. Вообще, мы, русские,* ***очереди*** *обожаем. Если вы писатель и хотели бы стать членом Союза писателей, станьте в* ***очередь****. Я ждал своей* ***очереди*** *шесть лет. Долгие годы мои рукописи лежали в издательствах. Некоторые выходили, другие ждут своей* ***очереди*** *по сей день. Когда писатель умирает, некролог о нем ожидает* ***очереди*** *на публикацию. Райком или горком партии решают, опубликовать несколько слов прощания или нет в зависимости от того, хорошего или плохого поведения был покойник. Иной раз уж и на похоронах отговорили и отплакали, а некролога все нет.* ***Очередь*** *умершего не дошла до тех, кто командует: разрешить сообщить о похоронах в газете или нет. Московская газета «Вечерняя Москва» обычно печатает объявление о смерти в пропорции: два русских к одному еврею. Поглядите на четвертую страницу. Там соблюдается следующий порядок: мертвый русский вверху, мертвый еврей — под ним. И в этой* ***очереди*** *Великая нация, Старший брат — всегда выше, всегда впереди. Впрочем, прошу прощения: мысли о смерти появились в моей голове без* ***очереди****, поэтому вернемся к живым* ***очередям.*** *У нас привычно стоять* ***в очередях*** *за всем. Мы не можем себе представить иной жизни. Всегда и всюду стоим мы в* ***очереди****. Стоим за билетом на новый фильм. И стоим, чтобы посмотреть старый. Моя дочь хотела увидеть американскую картину тридцатых годов на английском языке. Это можно было сделать только в специальном кинотеатре, достав билет за месяц до просмотра. Она стояла* ***в очереди*** *шесть часов и вернулась в слезах:* ***в очереди*** *все чуть не передрались из-за билетов, ругань висела в воздухе, а в толпе началась давка. Если приезжий из провинции спешит увидеть тело Ленина и занимает* ***очередь*** *в мавзолей до восхода солнца, к вечеру он будет свободен: здесь строгий порядок, специальные люди подбадривают задержавшихся на секунду, и километровая* ***очередь*** *движется быстро. Чтобы перебраться из коммунальной квартиры с соседями и общей кухней в отдельную, я ждал* ***очереди*** *тринадцать лет. Записался на холодильник и получил его через три года. После семи лет ожидания в* ***очереди*** *на автомобиль я получил открытку: «в"-83746, гр. Дружников, немедленно внесите деньги за автомашину. Если они не будут уплачены до 7.30 вечера, вы лишитесь права на приобретение автомобиля». Уплатив деньги, я почему-то ждал еще три месяца. Наконец, наступил счастливый миг: я выехал за ворота на собственном «Москвиче». Через два квартала машина остановилась. Домой я не*

приехал, ночевал в машине. Мне сказали, что на гарантийный ремонт, который будут делать утром, надо занимать ***очередь*** *с вечера. Когда машину отремонтировали, я, прежде всего, поехал занимать* ***очередь*** *за новыми покрышками, которая предполагалась года на четыре. Благодаря такой предприимчивости, мне удалось купить новые шины как раз тогда, когда уже нельзя стало ездить на старых. Но даже если ваша* ***очередь*** *подошла, это еще не значит, что ожиданиям конец. Однажды в поезде я разговорился с женщиной из Казани. Она ждала своей* ***очереди*** *на установку телефона, при этом вот уже тринадцать лет ей говорили, что ее номер первый. Догадываетесь, почему? Фрукты между октябрем и июнем я вижу только у себя на кухне. Их много здесь: огурцы, помидоры, спаржа, виноград, клубника, помидоры. Они выглядят очень свежими и сочными на листках иностранного календаря с картинками, который мне подарили американские друзья.* ***Очередей*** *за фруктами почти нет, потому что фрукты в магазинах бывают редко. Но одно время, уж не знаю почему, в магазинах было много моркови. Я пошел и встал в очередь за соковыжималкой. Когда я ее, наконец, купил, морковь из магазинов исчезла, и было неясно, из чего выжимать сок. Неожиданно появился картофель, надо срочно выяснить, нельзя ли вместо морковного сока пить картофельный? Любая женщина у нас знает: если в магазине нету* ***очереди*** *— нечего туда и заходить, там ничего нет. Но часто бывает, что ничего в магазине нет, а* ***очередь*** *стоит. Спозаранку бабушки занимают места возле входа.*

— Чего выбросили?

— Ничего, милок, — охотно отвечает бабушка.

— А тогда чего же вы ждете?

— Дак ведь, может, чего-нибудь выбросят...

Очереди *формируют определенные жизненные навыки. Стоять* ***в очереди -*** *самоценная деятельность. Случайно подслушал разговор:*

— Вчера в нашем промтоварном ***очередь*** *была. Я встала, полдня стояла.*

— Чего взяла?

— Ничего не взяла.

— Кончилось?

— Да нет, так поглядела и раздумала...

Не имело значения, что давали, важно было — стоять.

Стояние ***в очереди*** *требует особого опыта. Мы изучаем эту мудрую науку с детства: без нее нельзя выжить. Есть женщины, ухитряющиеся быть в шести* ***очередях*** *в трех магазинах, двух палатках и на рынке одновременно. И в каждой* ***очереди*** *такая особа возникает точно в момент, когда начинают выдавать. Это, несомненно, еще и особый талант. Высшая степень искусства, однако, заключается в том, чтобы достать все, что нужно, вообще не простояв в* ***очередях.***

Однажды приятель позвонил мне и радостно сообщил:

— Слыхал? Выбросили Мандельштама.

Я схватил такси и через двадцать минут уже ввинчивался в толпу, осаждавшую книжную лавку только для членов Союза писателей на Кузнецком мосту. Дежурный общественник, послюнявив карандаш, написал на моей ладони номер 384. Через пять часов действительно привезли однотомник Осипа Мандельштама, и он появился на прилавке. Но мне он не достался. Последний экземпляр схватил человек впереди меня с написанным на ладони номером 381. Интересно, что о продаже стихотворений Мандельштама, который был убит в лагерной ***очереди*** *за куском хлеба и потом несколько десятков лет был у нас под запретом, никаких объявлений не делалось, но все мы как-то об этом пронюхали. А секретари Союза писателей и члены парткома о продаже не знали, но им сообщили. Они тихо заезжали в книжную лавку на следующий день, и продавец с каменным лицом вытаскивал каждому начальнику по томику Мандельштама, заранее завернутому в бумагу, чтобы рядовые писатели (не говоря уж о читателях) этого не видели. Во многих местах написано, что депутаты и герои Советского Союза обслуживаются* ***вне очереди****. Что касается начальства, для него все распределяется* ***без очереди*** *по особым каналам в зависимости от высо-*

ты положения каждого. На определенном уровне их шоферы и секретари отправляются в закрытые распределители и там закупают все по особым спискам. Начальники заняты заботами о нашем счастливом будущем, и им некогда стоять ***в очередях.*** *И, конечно, для того, чтобы думать о нашем будущем, начальникам нужно лучше питаться, им нужны особые продукты. Что касается нас, мы — люди простые. Мы стоим в простых* ***очередях*** *за простой картошкой.* ***Очередь —*** *явление вечное, спешить в ней ни к чему. Когда надо будет, она сама подойдет, если вы еще останетесь в живых. Впрочем, право стоять в долгой* ***очереди*** *передается по наследству, и это одно из достижений нашей замечательной системы. Если умер отец, его сын, представив соответствующие документы, может продолжить дело отца и ждать нужную вещь, приходя в магазин раз в месяц на перекличку. Однажды чужестранец, идя со мной по Москве, воскликнул:*

— Но почему? Почему вообще существуют эти ***очереди?****! Разве у вас недостаточно населения, чтобы нанять трех продавщиц туда, где стоит одна?*

— Продавщиц-то, конечно, хватит! Но, видите ли, три продавщицы продадут весь запас колбасы за полчаса. И что тогда они будут делать остальную часть дня? Я думаю, кое-кто у нас заинтересован в сохранении ***очередей.*** *У физиков есть такой термин: диссипация, то есть рассеяние энергии. Это когда энергия куда-то девается. Не ведаю, знают ли физики, куда именно, но наши власти знают очень хорошо.* ***Очередь*** *есть весьма хитроумное и удачное нововведение в области рассеяния человеческой энергии. Представьте себе жизнь без* ***очередей.*** *Это очень опасно для государства. Чем люди заполнят день, если не придется стоять* ***в очередях****? О чем начнут думать? Что им захочется делать? В сущности,* ***очередь*** *— это огромная государственная соковыжималка.* ***Очередь*** *есть суть и единственный способ существования российского человека от рождения до смерти. Вся Россия стоит* ***в очереди*** *за лучшей жизнью, и другого не дано. Писатели стоят* ***в очереди*** *и после смерти, ждут признания, издания своих книг, — за примерами ходить недалеко...[1, 18].*

Попробуйте сосчитать, сколько раз встретилось выделенное автором слово…

Да! Утешает, конечно, кое-что — все же 30 лет минуло с тех пор — с точки зрения вечности — так, миг, мгновение, а с точки зрения человеческой жизни...?

В общем, автор не боится банально повториться: «Мне не надо ничего получать и покупать — дайте просто постоять …в очереди!». Постоять и помолчать... Словно Авеля печать — очередь. Летом, осенью, весной, и с тобою, и со мной — очередь... Мы про них, они про нас... CNN и ИТАР-ТАСС... Здесь растем и старимся, радуемся, маемся, любовью занимаемся... Без нее ни есть, ни пить, Боже, без нее не жить! Так о чем здесь размышлять — не пора ли вновь бежать, чтобы вовремя всем встать... в ОЧЕРЕДЬ!

Литература:

1. *Дружников Ю.* Я родился в очереди. — М., 2002.
2. *Лаумер К.* Очередь // Смена. — 2000. — № 8. — С.44-48.
3. *Шноль С.* Герои и злодеи российской науки. — М.: Крон-пресс, 1997.
4. *Herskovits M.* Cultural anthropology. — New York, 1948.

Статья поступила в редакцию 23.08.2010 г.

ДИСКУССИИ

УДК 151.21.31+159.9.101+159.96

Попов В.П. Крайнюченко И.В.

ПУТЬ В НООСФЕРУ. ХОД ТРОЯНСКИМ КОНЁМ

Рассмотрены пути развития цивилизации. Анализируются возможности достижения ноосферного состояния (по В. И. Вернадскому) современной технической цивилизацией.

Ключевые слова: цивилизация, биосфера, ноосфера, управление, искусственный интеллект.

Почти 100 лет научная элита (П. Тейяр де Шарден [11], Леруа, В. И. Вернадский [3]) мечтала о сфере разума. Теоретическое осмысление идеи ноосферы продолжается до сих пор (А. Д. Урсул [12], А. И. Субетто [9], Ф. Т. Яншина [13] и др.). Рисуя образ будущей ноосферы, почти все авторы ограничиваются формулированием цели и почти не задумываются о путях её достижения. В настоящей статье мы предлагаем одну из технологий социального развития, способную привести к сфере разума.

Ноосферное мировоззрение является стратегическим по сути, но большая часть человечества, лишенная стратегического предвидения, не способна заглянуть за горизонт, довольствуется тактическим мышлением и продолжает желать «хлеба и зрелищ» [7]. Такой менталитет иллюстрируется поговорками: «После меня хоть потоп», «Лучше синица в руках, чем журавль в небе», «На мой век хватит», «Авось, как - нибудь переживём». Одним словом, «Рад бы в рай, да грехи не пускают». Консервативность такого менталитета выливается в правило, что «История учит только одному, что она ничему не учит».

Первым в нашей стране идею ноосферы развивал В. И. Вернадский [3]. Признаки ноосферы [1] с нашими комментариями приводятся ниже.

1. Заселение человеком всей планеты. (*Тогда не останется территорий для биосферы*).
2. Резкое преобразование средств связи и обмена между странами. (*Реализовалось*).
3. Усиление политических связей между всеми государствами Земли. (*Почти реализовалось*).
4. Преобладание геологической роли человека над другими геологическими процессами в биосфере. (*Еще не достигнуто, но и опасно*).
5. Расширение границ биосферы и выход человека в космос. (*Какая часть должна уйти и зачем*?).
6. Освоение новых, мощных источников энергии (*освоена ядерная*).
7. Равенство людей всех рас и религий. (*Равенство в чём? В потреблении, в правах, в возможности покинуть Землю и уйти в космос? Абсолютного равенства не существует, так как не может быть равных возможностей*).
8. Увеличение роли народных масс в решении вопросов внешней и внутренней политики. (*Демократия развивается, но важнее, чтобы решения принимались компетентными учеными*).
9. Свобода научной мысли и научного искания от давления религиозных, философских и политических построений (*Безусловно, но философские изыскания - это тоже наука*).
10. Подъем благосостояния трудящихся. (*До какого предела при резком росте численности населения Земли?*).
11. Разумное преобразование первичной природы Земли для удовлетворения материальных, эстетических и духовных потребностей численно растущего человечества. (*Если численность будет расти постоянно, то это обернётся крахом биосферы)*.
12. Исключение войн из жизни общества (*Недостигнуто*).

Очевидно, что с позиций современности многие пункты являются скорее декларативными. В конце двадцатого века взгляды на развитие человечества значительно изменились. В настоящее время имеется множество публикаций, диссертаций, анализирующих труды В. И. Вернадского и пытающихся разобраться в будущем ноосферы и в роли человечества в её формировании [11–6]. Рассмотрим выводы из них.

1. Продолжение процесса цефализации. Сплошная интеллектуализация общества на базе информатики (*может ли расти интеллект человека или он должен усиливаться техногенным интеллектом? Проще трансформировать управляющую элиту, чем всё население Земли*).
2. Предвидение будущего и управление им. Становление ноократии (*Необходимо*).
3. Наиболее полное развитие человека (*полное развитие - это завершение развития, финал*). Совершенная социально-экономическая организация всего человечества. (*Неясно, что есть совершенство*). Устранение всех форм насилия. (*Утопия, т. к. любое самое демократическое управление есть насилие, ограничение степеней свободы, направление движения в рамках заданного коридора прави*л). Высочайшая культура и нравственность. (*Своеобразная нравственность есть даже у криминальных структур*). Реализация гуманной депопуляции и повышение уровня жизни каждого человека. (*Депопуляция есть неизбежность, если нет других механизмов сохранения биосферы, но за счет какой части населения Земли и каким способом?*).
4. Устранение угрозы экологических катастроф и кризисов от космических и земных причин. (*Это стремление любого живого существа*). Оптимальное регулирование разумных потребностей человека. (*Безусловно, но может оказаться не для всех*). Сохранение биоразнообразия биоты. (*Биоразнообразие биоты многократно изменялось за последние 4 млрд. лет. И это естественный процесс развития биосферы. Эволюцию остановить нельзя. Следовательно, сохранить современное состояние биоты невозможно. Её следует удерживать в рамках устойчивости*).
5. Включение космонавтики в средство становления сферы разума. Космическая ориентация вектора производительных сил. Развертывание механизма социальной автотрофности. (*Можно рассматривать только как средство снижения прессинга на биосферу. Переход на полную автотрофность сделает биосферу ненужной для человечества, следовательно, исключится задача сохранения биосферы*). Обеспечение возможности непрерывного развития человечества, в том числе и в других формах материи. (*В других формах будет уже не человечество, а другие ноосы*).

Многочисленные труды современного теоретика ноосферы Субетто А. И. максимально приближены к современности. Автор считает, что во второй половине XX века произошла Синтетическая Цивилизационная Революция. Наблюдается прогрессивный рост интеллектоёмкости технологий, креативная революция качества знаний. Происходит сдвиг от доминирования стихии к управлению процессом эволюции. Коллективный интеллект человечества должен опережать рост сложности антропосферы, направляя её в русло ноосферизма. Предполагается, что Синтетическая Цивилизационная Революция происходит на основе самоорганизации общества. Самоорганизация должна перерасти в направляемое развитие, должны возникнуть социальные механизмы, которые возьмут руль эволюции в свои руки. Иными словами, креативная революция вызывает инновационную революцию во всех подсистемах современного общества. Субетто А. И видит механизм управления движением к ноосфере в формировании общественного интеллекта. Главная образовательная роль отводится университетам. Предполагается, что в XXI веке роль государства в управлении наукой и образованием будет усиливаться.

Если человечеству предстоит сознательно направлять своё развитие, то теоретически сформулированных целей и задач явно недостаточно. Теория управления учит, что необходимо генерировать альтернативные пути достижения цели. Затем ограничить коридор условий, по которому будет осуществляться движение к цели. Создать алгоритм, ведущий к цели. Создать команду исполнителей. Контролировать продвижение, корректируя планы [8]. Чем больше создано альтернатив, тем выше вероятность найти оптимальный вариант.

Для решения таких грандиозных стратегических задач должен быть создан коллективный интеллект. «Пришло время начать серьезную целенаправленную деятельность по формированию Коллективного Интеллекта. И эта деятельность должна носить международный характер» [5]. «Общественный интеллект есть единство общественного сознания и общественного знания, единство науки и культуры, которое направлено на обеспечение управления будущим» [13].

Поскольку синхронность мышления людей невозможна, коллективный интеллект

следует понимать как совокупность идей, высказанных в разное время разными учёными и сгруппированных в рамках ноосферных парадигм. Идей высказано много, недостаёт комплексных социальных проектов.

В цепи поставленных задач, которые предстоит решать на пути к ноосфере, задачей номер один является сохранение репродуктивности биосферы как источника существования человечества. Без этого все последующие задачи теряют смысл. Если человечество деградирует, то останется только зоосфера. Эквифинальной целью следует считать создание суперразума, способного пережить все космические катастрофы, в том числе деградацию Солнца [7]. Между первой и эквифинальной целями разворачивается ряд промежуточных задач.

Экологические проблемы в современности приобрели чёткие очертания, человечество пытается их решать разными путями, но не слишком успешно. Разрабатываются программы борьбы с потеплением, для исчезающих видов животных создаются заповедники и парки. Но «своя рубаха ближе к телу», поэтому продолжается интенсивная эксплуатация среды обитания ради человека, «всё для блага человека». Корысть человеческая побеждает.

Препятствием к достижению природной гармонии является «зоосферная» психика людей, генетически унаследованная от биосферы и усиленная техническими средствами [7]. Если дать волю генетическим программам поведения, действовать по законам биосферы и при этом нарушать гармонию природы, то следует ожидать естественного вымирания человечества. Однако человек не желает себе такой участи. Возникает противоречие: **как, нарушая законы природы, избежать вымирания**?

А. Печчеи в своей работе «Человеческие качества» (1980) приходит к осознанию, что если каждый человек не станет всесторонне развитым, не окажется вооруженным современными знаниями, то он обречен на экологическую гибель [9]. Можно не согласиться с мнением Печчеи, ибо всех людей невозможно сделать всесторонне развитыми, более того, в этом нет необходимости.

Если зло нельзя устранить, его надо превратить в добродетель. Всё - яд и всё – лекарство, всё зависит от дозы (Гипократ). Один и тот же инструмент может и созидать и разрушать. И в силе есть слабость и в слабости есть сила. Надо искать способы, как слабость превратить в силу. Такие решения называются супероптимальными, эвристическими. Поскольку генетические детерминанты изменить невозможно, то следует найти такие их комбинации, когда минус на минус даёт плюс. Подсказки надо искать в известных шаблонах поведения.

Социальное поведение людей концентрируется в некоторых аттракторах. Такими аттракторами являются: национальная идея, религия, культура, наука, образование, экономика, мода, технические системы (автомобиль, интернет и пр.). Ноосфера пока не стала аттрактором. Для многих непонятно, чего от неё ждать. Ноосфера далеко, а жизнь такая короткая. Туда не попадёшь после смерти, как в рай. Тем более, она не манит изобилием, вечным блаженством и праздностью. Людей в аттракторы «затягивает» желание приобрести или не потерять, какое-либо благо. При этом важна очевидная доступность этого блага, «а потом хоть потоп».

Желание иметь благо толкает людей на интенсивную экономическую деятельность и не останавливает её следствие — экологическая угроза в отдалённой перспективе. Люди идут воевать, желая ограбить побеждённых, но мысль о собственной гибели изгоняется из сознания. Поездка в автомобиле всегда сопряжена с риском гибели, но число людей за рулём не уменьшается. Наркомана не пугает угроза ранней смерти, сиюминутное желание пересиливает. Переедание достигается легко, расплатой является последующее ожирение и букет болезней. «Бесплатный сыр в мышеловке» интересует не только мышей, что говорит о слабости стратегического видения людей, неспособности заглянуть за горизонт. **Отсутствием стратегического видения страдает большинство человечества.**

Природа мудро поступила, лишив человека страха перед отдалённой угрозой. Иначе страх неизбежной смерти сделал бы жизнь невыносимой. Стресс создаёт только видимая, реальная угроза. Люди, равнодушные к предупреждениям о вреде курения, после первого инфаркта часто бросают курить. Попавшие в автомобильную аварию, начинают бояться автомобиля. «Обжёгшиеся на молоке дуют на воду».

Отсутствие стратегического видения компенсируется **верой в чудо**. Этот феномен

используется всеми харизматическими лидерами, способными вести за собой народные массы. Вера в загробную жизнь, в светлое будущее – коммунизм, в высшую справедливость, в справедливость демократии и пр. способна заставить людей терпеливо переносить тяготы повседневной жизни и совершать подвиги ради высоких идей.

Сильным регулятором поведения является не только «пряник» на горизонте, но и угроза наказания (адские муки, небесная кара, уголовный кодекс, месть людей и пр.). Обычно «пряник и кнут» используются совместно, взаимно усиливая воздействие. Однако, как уже отмечалось, близкий «пряник» действует сильнее отдалённого наказания. **Сила желания пропорциональна близости желаемой цели.**

Человек – существо социальное, поэтому для оптимизации поведения социум генерирует разные психотипы. Лидеры должны иметь стратегическое видение, должны увлекать народ своими идеями (обещая блага или пугая угрозами). Лидеры могут верить в свою идею даже без научного обоснования. Но если они сумеют заразить своей верой народ, то возникнет аттрактор. Совсем не обязательно всем принимать мировоззрение лидера, неверующих в аттрактор может увлечь стадное чувство. Всегда останется часть населения, живущая в альтернативных аттракторах.

Аттрактор развивается по схеме: **лидер – элита – масса, привлечённая «пряником», – масса втянутая стадным инстинктом.** Сила веры в идеи лидера без постоянного подкрепления может со временем ослабевать, поэтому количество людей, втянутых в аттрактор, как правило, со временем уменьшается, вплоть до разрушения аттрактора.

Например, идея коммуны, пропагандируемая в 19 веке социалистами – утопистами не смогла привлечь народные массы. Энтузиазм и вера в коммунистическое будущее в СССР постепенно затухали, т. к. практика не подкрепляли рудиментарные ожидания («С каждого по способности, каждому по потребностям»). Израильские кибуцы функционируют эффективнее советских колхозов, однако привлекают малую часть населения страны. Даже на Западе в форпосте либерализма существуют немногочисленные добровольные коммуны.

Биосфера сохраняет устойчивость благодаря разнообразию функций. При катастрофах всегда находится вариант существования, адаптированный к новым условиям. Одним требуется постоянная борьба, риск, адреналин. Другие предпочитают надёжность, уравновешенность существования. Коллективизм уменьшает риск, а индивидуализм приветствует рискованные, заманчивые «игры». Ноосферный аттрактор должен привлекать и тех, и других. На Востоке коллективизм пользуется бóльшим предпочтением, чем на Западе. Не исключено, что при изменении социально-политической обстановки зародыши коммун на Западе не превратятся в крупные аттракторы.

Оптимальным является такое решение, которое будет работать не только завтра, но и послезавтра, которое сумеет организовать движение общества к ноосфере для максимального количества населения Земли и вопреки зоосферной психике людей.

Все известные аттракторы «кристаллизовались» вокруг потребностей и мотивов, доставшихся людям от эволюционных предшественников (зоосферы). Цефализация [11] развивала нейронные структуры, способные предвидеть будущее и стратегически мыслить. Человек умеет это делать лучше других животных. Однако в обществе способности стратегического видения распределены очень неравномерно. Есть провидцы, которым обычно не верят и признают их способности постфактум. Подавляющим большинством управляют генетические программы поведения, скорее типичные для животных, чем для мыслящих существ. Разум людей создал техносферу для удовлетворения генетических потребностей, но её избыточная мощь способна разрушить биосферу.

Тренды развития свидетельствуют, что сома человека давно не развивается, интеллект нейронных сетей также стабилизировался. Прогресс виден в развитии электронного интеллекта [7]. Создаваемые информационные роботы могут не иметь животной генетики, которая мешают принятию рациональных решений, поэтому их можно запрограммировать для ноосферного развития.

Переход в ноосферу означает смену ценностей, дополнение зоосферной психики надстройками, способными стратегически мыслить и видеть дальше собственного носа. Не каждый человек способен уничтожить в себе зверя, но общество, манипулируя разнообразными психическими комплексами, может этого добиться. Социум должен стать разумным

организмом, в котором гармонично сосуществуют и древние функции (клетки сомы) и мыслительные функции (клетки мозга). Все системы управления в обществе развиваются в этом направлении. В иерархической пирамиде власти степень «дальнозоркости» возрастает снизу вверх. Организмы устроены таким же образом. При этом древние клетки не препятствуют централизации управления, доверяя свою судьбу «дальнозорким». Встав на этот путь, они просто не могут повернуть назад (эволюция необратима). Аналогично **ноосферный аттрактор должен основываться на разуме, подкрепляться верой и быть необратимым**. О **механизме необратимости** следует поговорить особо.

В поведении человечества самой развитой является функция, творящая техносферу. Техносферные аттракторы являются самыми привлекательными для людей. Люди выживают за счёт устройств и технологий, облегчающих труд. Примером может быть эволюция транспортного аттрактора (автомобиль). Четырёхколёсная повозка, создавая транспортные удобства, постепенно совершенствовалась. Возникала инфраструктура, осваивались новые территории, строились дороги, заводы, производилось топливо, развивалась система образования. Миллионы людей производят транспортные услуги и ещё большее количество их потребляет. Втянувшись в этот аттрактор, человечество не может остановиться, несмотря на то, что автомобиль экологически опасен, уносит сотни тысяч жизней (больше чем на войне). Избыток личных автомобилей приводит к пробкам на дорогах, и очевиден предел развития. Но в условиях экономического кризиса все государства спасают в первую очередь автомобильную промышленность (средство занятости населения), хотя это только продляет агонию тупикового аттрактора. Выход видится в организации коллективных видов транспорта, но **работает механизм необратимости.** «Близорукое» общество видит удобства личного транспорта и не желает замечать отдалённые последствия и риски. Этот **недостаток человеческого разума можно использовать для благих дел.**

Приведенный пример подсказывает способ создания техносферного аттрактора, который должен обладать привлекательностью для большинства людей в ближней перспективе и ведущий к ноосфере в отдалённой перспективе. Ноосферный аттрактор должен базироваться на разуме, а зоосферные инстинкты можно использовать для создания привлекательности. Но, в отличие от автомобиля, он должен служить на благо человечества и сейчас, и в отдалённой перспективе, **уводя человечество от зоосферного стохастизма к управляемому порядку.** Втянувшись в этот ноосферный коридор, человечество не сможет остановиться или вернуться обратно. Рудиментарная психика не позволит «выпустить синицу из рук, ради недосягаемого журавля в небе».

Предлагаемый способ не нов, он давно используется в рефлексивном управлении социумом. Люди охотно «клюют» на приманку финансовых пирамид, увлекаются избыточным комфортом в ущерб здоровью, рискуют садиться в автомобиль, готовы терпеть тяготы праведной жизни ради загробного рая, добровольно впускают в город «троянского коня». Приведенные примеры иллюстрируют негативные результаты технологий троянского коня, но в зависимости от поставленных целей любая технология может приносить как вред, так и благо.

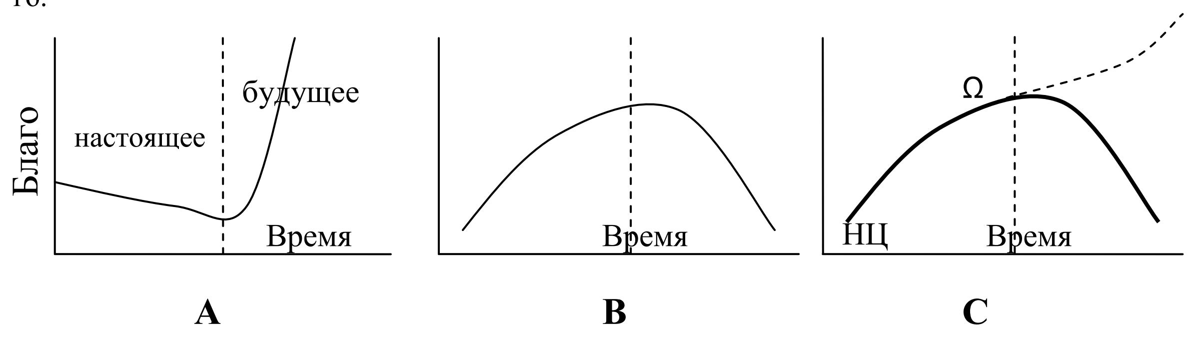


Рис. 1. Технологии развития социальных аттракторов

На рис 1 приведены три варианта известных способов направляемого движения социума. Рис 1А иллюстрирует религиозные технологии, основанные на том, что достижение

загробного блаженства (рая) требует терпеливости к тяготам жизни. Путь к коммунизму в СССР был построен на такой же технологии. Подтвердить или отрицать существование рая после жизни никто не может, поэтому этот пряник действует тысячи лет. Движение к коммунизму в СССР не подтверждало приближения обещанного блага, поэтому сила притяжения аттрактора ослабевала.

На рис.1В приводится другая технология, которая подтверждает ожидания на начальном участке движения к цели, но вызовет разочарование в будущем. Поскольку будущие несчастья маскируются настоящим благом и большинство людей не способны их предвидеть, то эта технология эффективно функционирует. Пример технократического тупикового аттрактора автомобилизации уже приводился. Развитие автомобилизации привлекает и сегодня, хотя разочарование неизбежно.

Рис. 1С в большей степени подходит для организации ноосферного аттрактора. Ноосфера не может моделироваться раем. Ноосфера - это суровая неизбежность, сопряжённая с некоторыми лишениями. Создать ноосферный аттрактор для большинства людей без привлекательного пряника невозможно. Только провидцы могут сознательно согласиться на ограничение инстинктивных потребностей для выживания и построения суперразума. Количество таких провидцев можно увеличивать, развивая ноосферное образование и ноосферные университеты, как рекомендует Субетто А. И. [9]. Но университетами невозможно охватить всё население планеты, хотя бы из-за естественного разброса интеллекта. Таким путём можно создать элиту, авангард, раскручивающий ноосферный аттрактор. Для остальной массы достаточно демонстрировать заманчивый «пряник». Чтобы энтузиазм не утрачивался по мере вынужденного снижения материального потребления (до уровня, не разрушающего репродуктивность биосферы), нужен компенсаторный механизм. Потеря одного блага должна возмещаться приобретением другого. Люди должны получать удовлетворение от роста духовности, роста ощущения надёжности своего существования, от чувства соучастия в грандиозном космическом проекте сотворения суперразума. На рис 1С предусмотрена точка бифуркации Ω, В этой точке приобретение духовных благ (пунктирная линия) начинает компенсировать потерю материальных благ. А первоначальное повышение потребления (если в этом есть необходимость) является троянским конём для втягивания в коридор ноосферной эволюции, которая должна стать необратимой.

Для реализации технологии рис.1С необходимо осуществить ряд последовательных шагов. Путь к ноосфере не должен быть стохастическим, ибо стохастизм реализуется зоосферой. К сфере разума могут привести только разумные, упорядоченные действия, т. е. управляемые. Системы управления, как правило, выстроены иерархически, поэтому для начала должен возникнуть некоторый управляющий центр, вокруг которого будет «раскучиваться» притягательный для большинства ноосферный аттрактор. Скорее всего, этот ноосферный центр (НЦ. рис 1С) не будет государственной структурой, если государство капиталистическое, рыночное. Но государство не должно быть авторитарным, ибо не позволит появиться такому центру. В социалистическом государстве НЦ может не противоречить идеологии государства и может возникнуть как государственная структура. НЦ может не иметь конкретного места дислокации, а быть виртуальным, доступным для всех, как Интернет.

Управляемые действия должны начинаться с постановки цели. Вначале цель формулируется концептуально. Этот этап практически завершён совокупным трудом отечественных учёных, в том числе и авторов настоящей статьи. По мере продвижения к ноосфере концепции будут уточняться, обрастать конкретными деталями. Сами по себе концепции для большинства людей могут быть непонятны и малопривлекательны. В них не хватает «хлеба и зрелищ».

Движение по участку НЦ – Ω должно обеспечиваться притягательной функцией ноосферного аттрактора. Эта функция должна создавать благо для пользователей всей планеты. Она должна основываться на интеллекте, но привлекать людей привычными для них мотивациями. Она должна притягивать пользователей, как автомобиль, как комфорт, но при этом вести к ноосфере.

В настоящее время 95% знаний относятся к естественно-технической предметности. Знания о живом веществе и человеке составляют 5% [9]. Миллиарды человеческих мозгов

работают асинхронно, создавая крупицы знаний. Эти знания, будучи объединёнными человеческой элитой, могут дать синергический эффект, коллективный разум, доступный всем через Интернет.

Притягательный эффект такого «глобального мозга» будет заключаться в следующем. Любой бизнесмен, обратившийся к нему со своей задачей, будет получать решения, учитывающие не только сиюминутный эффект, но и блага в отдалённом будущем. Поэтому бизнесмен будет иметь рыночные преимущества или обходиться без рыночной конкуренции. Такое сотрудничество выгодно, т. к. содержание собственного управленческого аппарата фирме обходится дороже, да и квалификация их несоизмерима.

Постепенно во взаимодействие с виртуальной системой управления будет втягиваться всё большее число экономических и политических субъектов. Для экономических решений будут использоваться законы развития биосферы, нормы потребления природных ресурсов, тепловое загрязнение и пр. экологические и моральные нормы. Появится привычка использовать советы виртуального консультанта. Эта привычка как троянский конь позволит плавно, без потрясений войти в ноосферу. Восстановление разрушенной природной среды обойдётся дороже, чем её сохранение, поэтому такая экологическая экономика стратегически выгодна для всех пользователей.

Электронным мозгом могут пользоваться и частные, и государственные предприятия. Содержание, совершенствование такого виртуального управляющего будет для государства обходиться дешевле, чем армия бездарных, корумпированных чиновников. Интернет является готовой базой для такого проекта. Потребуется реформировать образование для подготовки пользователей и специалистов, обслуживающих виртуальное правительство. Эта роль может быть отведена ноосферным университетам [9].

Общество потребительского изобилия на фоне истощения биосферы вряд ли возможно, неизбежно возникнет экономика ограниченного, но научно обоснованного потребления. По мере истощения природной среды снижение потребления некоторых дефицитных ресурсов будет компенсироваться интеллектуальными решениями.

Крупные и богатые экономические субъекты имеют больше возможностей для создания виртуального управляющего. Больше всего возможностей имеется у государства. В личных интересах мелкие и частные предприятия будут примыкать к государственному сектору. Будет происходить постепенная деприватизация. В частном секторе останутся те субъекты, которые смогут переиграть интеллектом государственную машину. Этот сектор будет играть роль системы поиска инноваций.

Согласно [8] правильные решения не должны противоречить законам эволюции. Поскольку эквифинальной целью человечества является создание суперразума, то описанный путь не противоречит этой задаче. Скорее всего, человеческий этап развития ноосферы на Земле завершится эрой электронного разума, способного уклоняться от космических и солнечных катастроф [7].

С другой стороны правильные решения должны быть следствием предшествующих процессов. Ретроспекция показывает, что в обществе давно назрела проблема оптимизации управленческих решений. Пользуются спросом услуги консалтинговых фирм. Создаются банки решений. Существуют патентные фонды для инженеров и банки решений для менеджеров. **Однако в решениях из прошлого отсутствует стратегическое видение.** Электронный интеллект должен устранить этот недостаток, решения должны быть ориентированными в будущее.

Попытки заглянуть в будущее также не являются новизной. Современные рыночные отношения уже не существуют без маркетинговых исследований. Прогнозируются спрос и потребление, изучаются материальные (товарные) потоки. Однако маркетинг ограничивается исследованием потоковых процессов внутри социума. Ноосферный маркетинг должен изучать не только отношения внутри общества, но и отношения с биосферой.

Разрабатываемая технология движения к ноосфере не является совершенно новой. Попытки создать информационные управляющие системы предпринимались неоднократно. Приведем некоторые примеры.

С. Бир, используя аналогию с системой управления человеческим организмом, в начале 70-х годов XX века разработал проект «Киберсин». Используя компьютерно-

кибернетические модели и системы инфраструктурных «мозговых центров» для их реализации, он создал управляемую модель экономики [2]. В вычислительном центре Академии наук СССР в середине XX века академик Н. Н. Моисеев работал над созданием модели биосферы, которая реализовалась в сценарии «ядерной зимы».

В нашей стране известен проект «Ноосферные транспортные системы Сибири и Дальнего Востока» (2005), созданный коллективом авторов. В работе [9] отмечается: «Формирование ноосферных промышленно-транспортных комплексов будет способствовать эффективному управлению транспортными системами».

Известны так называемые «супервизорные системы автоматического регулирования», которые содержат центральный вычислитель, генерирующий сигналы прямого цифрового управления для периферийных систем автоматического регулирования муниципальных образований. Основой системы, осуществляющей прямое цифровое управление финансово-экономическими кластерами, является **математическая модель локальных рынков** [4]. Особенностью такой управляющей машины является удовлетворение потребностей Человека путем обмена сырьем и энергией с биосферой Земли. При этом можно моделировать и исследовать влияние технократической человеческой цивилизации на биосферу. Таким образом, все процессы находятся под контролем и позволяют гибко реагировать на любые возмущения биогеосферы [4].

Делаются попытки выделения ноосферных региональных единиц под разными названиями: «биосферные губернии» [10], «локальные многофункциональные экосистемы», «эколого-социально-экономические районы» и др., хотя данная проблема только-только поставлена и нуждается в глубокой проработке [9]. Территория России обладает некоторой экосистемной целостностью. Мало «транзитных» рек, как в Западной Европе. Многие биоценозы не раздроблены государственными границами. Россия самодостаточна по большинству природных ресурсов, что даёт возможность эффективно планировать их использование. Необходима только добрая воля.

Мы отдаём себе отчёт, что с повышением точности моделей будет лавинообразно расти их сложность, потребуется постоянная верификация. Однако объединённому человеческому интеллекту такая задача по плечу. Кроме того, такой эволюционный путь позволит избежать революций, переворотов, гражданских войн, приводящих не только к разрушению экономики, но и биосферы.

Литература:

1. *Баландин П. К.* Вернадский: жизнь, мысль, бессмертие. — М.: Знание, 1998.
2. *Бир С.* Мозг фирмы. — М.: «Радио и связь», 1993.
3. *Вернадский В. И.* Биосфера и ноосфера. — М.: Наука, 1989.
4. *Кибальников С. В.* Неогеографический фундамент нового экономического устройства мира. В Сборнике "Высокие технологии XXI века": инновационные перспективы России. — М., 2009. — С. 242–250.
5. *Моисеев Н. Н.* Расставание с простотой. – М.: Аграф, 1998. – 480с.
6. *Попов В. П., Крайнюченко И. В.* Глобальный эволюционизм и синергетика ноосферы. — Пятигорск, 2003. (Holism. narod. ru).
7. *Попов В. П., Крайнюченко И. В.* Миражи постсовременности. — Пятигорск. ИНЭУ, 2009. (Holism. narod. ru).
8. *Попов В. П., Крайнюченко И. В.* Теория решения организационных задач (ТРОЗ). — Пятигорск ИНЭУ, 2008. (Holism. narod. ru).
9. *Субетто А. И.* Наука и общество в начале XXI века. (Ноосферные основания единства). — СПб. КГУ им. Н. А. Некрасова, 2009.
10. *Татур В. Ю.* Биосферные губернии – ключ к единству России //Деловой мир. — 1995. — №187–188. — 1 ноября.
11. *Тейяр де Шарден*. Феномен человека. — М.: Наука, 1987.
12. *Урсул А. Д.* Путь в ноосферу: Концепция выживания и устойчивого развития человечества. — М.: Луч, 1993.
13. *Яншина Ф. Т.* Эволюция взглядов В. И. Вернадского на биосферу и развитие учения о ноосфере. — М.: Ноосфера, 1996.

Статья поступила в редакцию 20.12.2010 г.

Содержание журнала за 2010 год

Математические методы в соционике

Методология

От первого лица

Отзывы читателей

Проблемы образования

Психология личности

Соционика в детской

Соционические консультации

Физика сознания и жизни

Язык и семантика

SUMMARY

Filatova Ye. S.

Variants in one psychotype

It is presented the experimental result, testifying that each Jung's psychotype is the superposition not less than ten elementary types.

Keywords: psychotype, psychotype variant, "thin structure" of Jung's psychotype.

Roganov D. A.

Integrated relations in triads

There are considered the interactions between types of information metabolism in triads. Intertype relationships in such small groups are described.

Keywords: socionics, type of information metabolism, intertype relationships.

Isaev Yu. V., Prokofieva T. N.

Dialogue business style

In the article the theoretical analysis of features of business style of dialogue in socionical understanding is spent. The attempt to give possibility to inform a picture of the world from the point of view of business l style is made and to explain, why the world sees so.

Keywords: socionics, styles of dialogue, logic, extraversion, small groups, A-model.

Eglit I. M.

Bases of socionical introspection

The technics of socionical introspection, including tracing of thoughts and internal reactions, analytical introspection and supervision over work of mental functions, is described. The examples of reports on introspection and the exercises on development of this technics are resulted.

Keywords: socionics, introspection, thoughts, feelings, mental function, function of information metabolism, mentality reaction.

Ivanov D. A.

The process of the phased psychotherapeutical healing in the boundary psychopatology

The effective resonance psychotherapy of patients with various forms of neurosis is possible in the case of the aimed influence on the corresponding factors of the socionical types of informational metabolism. The influence role on suggestive (5th), activational (6th), intellectual (1st), creative (2nd) and other functions at different stages of treatment of boundary psychopathology is considered. The dependence of the hypnotibility on the socionical type of the patient is revealed. Applying the methods of socionics increase the effectiveness individual and group psychotherapy and reduce the terms of the healing.

Keywords: boundary psychopathology, neurosis, socionics, type of informational metabolism, hypnotibility, psychotherapy, function of informational metabolism, reducing the terms of the healing.

Mandel B. R.

Turn: a psychological portrait on a cultural-historical background of epoch…

In the article the features and an originality, history and functioning of a phenomenon of the Soviet and Post-Soviet turns from the point of view of cultural science and experience psychology are considered. The author interests, first of all, the private world and external parametres of the given phenomenon of a reality, its eternity and objectivity, and integrity in life.

Keywords: live turn, steady combinations, etymology, social institute, differentiation in consumption sphere, focal points, cultural focus, deficiency, mental details.

Popov V. P., Krajnjuchenko I. V.

The way to noosphere. A course the Grecian horse

The ways of development of a civilisation are considered. The possibilities of achievement the noospheric conditions (acc. to V. I.Vernadsky) by a modern technical civilisation are analyzed.

Keywords: civilisation, biosphere, a noosphere, management, artificial intelligence.

«Соционика, ментология и психология личности»

Международный научный журнал. Основан в 1994 г. Выходит 6 раз в год.
Издатель: Международный институт соционики

Подписные индексы по каталогам:
74557 – «Каталог журналов Украины»,
15084 – «Пресса России»

Зарегистрирован министерством Украины по делам прессы и информации 17.03.95. № 1314, серия КВ

✉: а/я 23, г.Киев-206, 02206, Украина
☎: (+38-044) 558-09-35
e-mail: **socionics@socionic.info**
http://socionics.socionic.info